

NGUYỄN BÁ HOÀN

# TRÀ ĐẠO



NHÀ XUẤT BẢN THUẬN HÓA



NGUYỄN BÁ HOÀN

# Trà Đạo

NHÀ XUẤT BẢN THUẬN HÓA

# LỜI TỰA

Với người Việt Nam, Trà đạo là nghệ thuật uống trà mang sắc thái riêng của người Nhật: vừa thưởng thức vị ngon của trà, vừa chiêm nghiệm bản thân qua chén trà. Còn người Nhật, phần đông đến với Trà đạo là để lắng tâm, tĩnh tâm. Một số khác, xem Trà đạo là phương tiện để qua đó tìm kiếm hương vị Thiền trong chén trà.

Văn hóa Trà đạo được hình thành và phát triển trong đời sống của người dân Nhật đến nay đã trải qua mấy trăm năm. Sức hấp dẫn của nó vẫn mạnh mẽ, tuy lặng lẽ mà vẫn thu hút được nhiều người, kể cả trong và ngoài nước Nhật.

Triết lý của Trà đạo là triết lý của một “Đạo Sống”, là những lý luận về những tiến trình diễn biến tâm linh có đích đến, một cách chặt chẽ và có hệ thống. Hàm chứa ở đó sự vận dụng tâm nhẫn nại, tâm lặng lẽ, tâm tỉnh giác, để mỗi người tự thông và thể hiện sự cộng thông giữa con người và thế giới xung quanh.

Trà đạo xuất hiện là do các vị Thiền sư khai sáng, nên cái “Đạo” trong việc uống trà chính là cái “Đạo” của các vị Thiền sư. Cái “Đạo” ấy tỏa sáng, thường hằng, nên bất cứ điều gì mà các Ngài dụng đến thì đều là Đạo cả, chứ không riêng gì về việc uống trà mới gọi là Trà đạo.

Nói là Trà đạo, vì cái duyên của các ngài với chén trà, rồi mượn chén trà làm phương tiện pháp giúp người hậu học. Những người đến với Trà đạo là đến với cái tâm của các vị Thiền sư, tức là đến với “cái chỗ không thể đến được”, cũng có nghĩa là đến với “cái tâm không thể dùng ý thức mà tìm được” của chính mỗi người. Có

như vậy thì cái “Đạo” trong Trà đạo mới thường hằng, nếu không như vậy, e rằng sẽ ngăn cách, sẽ khó mà thường thức hương vị Thiền trong chén trà ngon !

Chúng tôi không phải là hành giả tu Thiền, cũng không phải là trà nhân của Trà đạo. Chúng tôi chỉ là những người ngưỡng mộ Thiền tông. Trong tâm cảm sâu xa của chúng tôi, hình ảnh các vị Thiền sư chân đi giày cỏ, vai mang bị vải, tay chống gậy Thiền dong ruổi rày đây mai đó hoàng hóa độ sanh vẫn mãi là hình ảnh ấn tượng nhất, sinh động nhất và đáng kính trọng nhất trong thế giới con người. Chúng tôi đã từng say mê, thú vị trước những giai thoại về Thiền, về hành trạng của các Thiền sư và dù vẫn còn mù tâm trước áo nghĩa của Thiền, nhưng luôn được phấn khích, hấp dẫn mỗi khi đọc qua những quang lục, ngũ lục của chư vị Thiền sư.

Từ ngưỡng mộ và kính trọng, nên nhận thấy những gì có ảnh hưởng của Thiền của Đạo, thì đều là “trần châu, bát bửu” cả. Biên soạn tập sách nhỏ này cũng không ngoài tấm lòng ngưỡng mộ Thiền tông của chúng tôi.

Nội dung tập sách này được chia làm hai phần riêng biệt. Phần một nói về Triết Lý Trà Đạo. Phần hai nói về Văn Hóa Trà Đạo. Thực tình tư liệu về Trà Đạo Nhật Bản, chúng tôi còn thiếu nhiều, mà các sách nước ngoài viết về Trà đạo vẫn còn khoảng cách. Hiểu biết về Trà đạo của chúng tôi cũng còn giới hạn.

Trước những khó khăn nhất định này, và với chỉ một tấm lòng thôi, e rằng công việc biên soạn sẽ không tránh khỏi nhiều sai sót. Do vậy, rất mong quý bạn đọc thông cảm và lượng thứ.

**NGUYỄN BÁ HOÀN**

**PHẦN MỘT**

**TRIẾT LÝ TRÀ ĐẠO**

## 1. MỞ ĐẦU

Trà được xem là một trong những thức uống tốt nhất hiện nay được cả thế giới công nhận. Toàn thế giới 40 nước trồng trà, chủ yếu tập trung ở Châu Á, trong đó Trung Quốc có bề dày lịch sử trồng trà, sử dụng trà để chữa bệnh, công nghệ chế biến trà, nghệ thuật uống trà... Nói chung, Trung Quốc có nền văn hóa trà sớm nhất trên thế giới.

Từ Trung Hoa, theo bàn chân con người, cây trà du nhập vào nhiều nước. Tại mỗi nước, do tính đặc thù của từng dân tộc, và tính cảm thụ riêng của mỗi người mà trà được chế biến theo nhiều phương thức khác nhau.

Cảm quan của người uống trà cũng muôn màu muôn vẻ, có người thích loại trà này, có người thích loại trà kia. Phong cách uống trà cũng bị ảnh hưởng không ít bởi đời sống tâm linh, đời sống văn hóa xã hội của người dân mỗi nước.

Cũng như nhiều nước khác, ở Nhật, trà cũng là thức uống được người dân nước này ưa chuộng. Đặc biệt, với một dân tộc luôn chú trọng đến hình

thức, lễ nghi, lại là một đất nước có truyền thống “Đạo hóa” nhiều môn nghệ thuật như : Kiếm đạo, Hoa đạo, Thư đạo... thì việc uống trà đã nhanh chóng trở thành môn “Trà Đạo” để người Nhật nương đó “tu tâm, dưỡng tính” cũng là điều dễ hiểu.

Thật ra, ban đầu người Nhật cũng dùng trà để chữa bệnh, rồi uống trà để giải khát, đến thú vui thưởng thức trà trong những lúc nhàn hạ, dần dà về sau, người Nhật mới nâng cao nghệ thuật uống trà, kết hợp với “tính Thiền” trong Thiền Tông Phật Giáo. Từ đó, họ đã mở ra một trường phái mới làm phương tiện để tĩnh tâm. Đó chính là TRÀ ĐẠO.

Nói đến TRÀ ĐẠO, chính là nói đến trạng thái tâm, diễn biến tâm đương khi uống trà của người tu Thiền theo phái Thiền Tông Phật Giáo. Đỉnh cao của Trà đạo, cũng giống như đỉnh cao của Kiếm đạo, Cung đạo, Hoa đạo, Thư đạo... Cái ý nghĩa đích thật của những đường kiếm, những lần tên, những lần vung tay phóng bút, sự hiện hữu của nó không còn là sự hiện diện của một môn thể thao, một môn giải trí hay nghệ thuật ... mà tất cả được diễn ra trong sự quên mình. Đó là tình trạng thâm tâm hoàn toàn buông xả để vô tư hòa nhập vào sự việc một cách trọn vẹn nhất, thuần khiết nhất.



Phong cách, tâm trạng, hành vi uống trà trong Trà đạo đều có xu hướng về nguồn, thông qua việc lắng tâm để tĩnh tâm. Và cái cốt yếu của Đạo trong Trà đạo chỉ nhằm việc nhận ra cái **chơn tâm** của người đang uống trà. Tuy nhiên, mọi việc đều có diễn biến “sự sống” của nó. Trong phần triết lý Trà đạo này, nội dung chủ yếu được đề cập theo hướng diễn biến phát triển tâm linh của những trà nhân đương nươg theo Trà đạo.

Cũng trong phần này, chúng tôi hy vọng các bạn cảm nhận ý nghĩa cao quý của việc uống trà. Dù là uống trà trong xã giao hằng ngày, uống trà sau bữa ăn, hay uống trà trong lúc nhàn rỗi, rất mong các bạn sẽ có hứng thú trong việc tìm lại chính mình bên chén trà thơm ngát.



## 2. Ý NGHĨA

Cách đây trên 4000 ngàn năm, người Trung Hoa đã biết cách hái lá trà rừng (dã trà) đem nấu với nước làm thuốc uống trị bệnh. Đến thế kỷ thứ VIII, trà ở Trung Hoa được con người tô điểm rồi đưa nó vào vương quốc thi ca để chính nó tạo nên cảm hứng và làm đẹp lại cho cuộc đời. Bây giờ, người Trung Hoa đã xem trà như là một thú vui tao nhã, thậm chí với nhiều người nếu thiếu trà thì cuộc sống sẽ chẳng còn ý nghĩa gì ... Tuy nhiên, mãi đến thế kỷ XV việc uống trà mới mang ý nghĩa lớn lao hơn, người Nhật đã tôn vinh trà vào hàng tôn giáo thẩm mỹ học, với một cái tên rất tín ngưỡng, được xây dựng trên nền tảng của sự sùng bái cái đẹp, cái lặng lẽ hài hòa giữa những hỗn độn xấu xa của đời thường. Đó là Trà đạo.

Ngay khi vừa xuất hiện, Trà đạo đã khắc họa lên nền cuộc sống cái tính tĩnh khiết và hài hòa, cái tính kín đáo của lòng trắc ẩn và cái tính lãng mạn của trật tự xã hội. Những đức tính hoàn thiện một cách tinh tế này đã được người Nhật sùng bái tôn thờ, và họ xem nó như là một sự cố gắng nhẹ

nhàng để hoàn thiện những cái có thể hoàn thiện trong cuộc sống vốn không hoàn thiện.

Thật ra triết lý trong Trà đạo không đơn thuần chỉ là mỹ học theo ý nghĩa thị trường của thuật ngữ này. Trên thực tế triết lý Trà đạo đã diễn đạt rất thuyết phục toàn bộ quan điểm của tín đồ Trà giáo về con người và thiên nhiên, một cách gắn chặt đạo đức học và tôn giáo.

Mới nhìn qua thì thủ tục và cung cách trong lễ nghi Trà đạo rất là hình thức, tuy vậy nội hàm Trà đạo vẫn mang nội dung có ý nghĩa hoàn toàn ngược lại, trong cốt lõi, nó tự tách mình và loại dần hình thức đến tận cùng, dẫn đến triệt tiêu hình thức mà không chối bỏ hình thức. Trà đạo rất trong lành thánh thiện vì nó làm tăng sự tinh khiết. Trà đạo cũng có khả năng đơn giản và dung hòa cuộc sống, tùy theo khả năng tiến hóa của trà nhân. Song đỉnh cao của Trà đạo vẫn là sự đơn giản và dung hòa, nó đã vượt qua cái gọi là khả năng và tính chất tùy theo, bởi ở điểm đỉnh, những “cố gắng nhẹ nhàng” do con người tác nhân đã trở nên phản tác dụng và không còn ý nghĩa gì nữa.

Trà đạo rất kinh tế, vì bản thân nó sẽ cho thấy tiện nghi cùng khắp trong sự giản dị hơn là trong sự phức tạp và tốn kém. Bất kỳ ai ngồi thanh thản bên chén trà cũng đều hiện lên nét

phong lưu quý tộc, dù kể đó là ông vua hay gã ăn mày đầu đường xó chợ ...

Trên phương diện phổ biến, Trà đạo của Nhật được xem là nghệ thuật tinh tâm, đây là hình thức chỉnh sửa thân tâm phô bày rõ nét, nhất là so với các môn khác như Kiếm đạo hay Thư đạo. Trà đạo xuất hiện tại Nhật đến nay đã 6 thế kỷ, tuy nhiên nghệ thuật Trà đạo chỉ gây sự chú ý của thế giới chừng 200 năm trở lại đây.

Chuyện kể rằng, cách đây 600 năm, có vị cao Tăng người Nhật sang Trung Hoa để tham vấn học đạo, khi trở về nước, Ngài mang theo một số hột trà, rồi trồng trong sân chùa. Sau này chính vị sư này đã sáng tác ra cuốn *"Phẩm Trà Dương Sinh Ký"*, nội dung ghi lại mọi chuyện liên quan đến thú uống trà. Kể từ đó, dần dần công dụng lẫn tính hấp dẫn đặc biệt của hương vị trà đã thu hút được nhiều người dân Nhật. Cuối cùng người Nhật đã biết kết hợp tính Thiền của Phật Giáo để nâng cao nghệ thuật thưởng thức trà trở thành Trà đạo. Hiện nay, mọi người Nhật đều quả quyết rằng, Trà đạo có công năng đặc biệt là đề cao mức sinh hoạt tinh thần của con người, là phương tiện có thể góp phần giải mã những đáp án khó khăn nhất xảy ra trong cuộc sống của họ.

Một ý nghĩa quan trọng của Trà đạo nữa, chính là mang lại sự bình yên, thanh thần cho

người uống trà; sự êm dịu của tâm hồn và sự khỏe mạnh của thể xác. Nhấp ngụm trà ngon trong không khí hoàn toàn tĩnh lặng sẽ làm cho con người bình tĩnh nhiều hơn, hòa nhập vào thế giới xung quanh trong sáng mật thiết hơn. Qua đó sẽ nói lên lòng kính trọng con người và sự vật chan chứa hơn. Người Nhật còn cho rằng, muốn chú trọng đến sự sạch sẽ, nhất là tính cẩn trọng, tính trật tự, tính kiên nhẫn... không gì tốt hơn bằng cách ngồi lại uống một chén trà.

Tóm lại, Trà đạo giúp con người nhận ra những bất an và ổn định trạng thái bất an một cách nhanh nhất. Ngồi vào bàn trà mà tâm hồn nóng, trào cử, nghĩ tưởng lăng xăng chắc chắn sẽ khó mà cảm nhận trọn vẹn hương vị của trà. Một điều cũng đáng lưu ý nữa, nếu ở các môn nghệ thuật khác như Kiếm đạo, Thư đạo, Võ đạo... đều cùng phải dụng tâm, dụng ý, tập trung tinh thần cao độ, mà không có một trở lực nào thúc đẩy, thì các loại trà đều có khả năng làm cho các trà nhân tỉnh táo hơn bởi nhờ vào những được tính trong trà.



### 3. NGHỆ THUẬT TRÀ ĐẠO

Nhật Bản không phải là nước duy nhất có cách uống trà cầu kỳ mà người Trung Quốc cũng có cách pha trà độc đáo, văn hóa trà cũng được nâng lên tầm cao hơn thế nữa, Trung Quốc còn có truyền thống và lịch sử uống trà lâu đời nhất trên thế giới.

Tuy nhiên nói lên các nét riêng trong việc uống trà, thì nghệ thuật Trà đạo của người Nhật là dễ gây chú ý hơn cả, ở đó chất trầm lắng rất dễ lan tỏa, chất lặng lẽ cũng dễ lay thức hồn người dẫn sâu vào thế giới nội tâm, tinh tế hơn. Trà đạo còn là thứ nghệ thuật giấu đi cái đẹp mà con người có thể khám phá ra, là nghệ thuật gợi ra cái mà con người không dám phát hiện. Sự tích hợp này bao gồm trong một cử chỉ đẹp nhẹ nhàng, trong một cái nhìn kín đáo về một điều ẩn mật sâu kín nơi mỗi con người.

Người Nhật uống trà với một phong cách và tinh thần rất đặc biệt. Cái phong thái lặng mà tĩnh, cái tâm tư chứa chan cháy bỏng mà trầm mặc phủ kín rêu phong đã được người Nhật thể hiện thành công bởi nghệ thuật uống trà qua

nhiều thế kỷ. Ở Nhật, Trà đạo được xem là một công trình nghệ thuật ẩn chứa sự lay thức và tính chiêm cảm hồn người sâu sắc nhất. Nghệ thuật này đã được những bậc thầy uống trà thể hiện một cách hoàn hảo những phẩm chất cao quý của trà, của trà nhân và của tương quan này. Đối với người Nhật, trà có ngon có dở, cũng như trong hội họa có tranh đẹp tranh xấu, nhưng tranh xấu và trà dở thì có thường. Thật ra với một phương cách đơn giản và một loại trà kém chất lượng, thì khó có thể pha được một ấm trà ngon. Chỉ nội trong việc xử lý lá trà cũng phải cần đến nét đặc trưng riêng, có ái lực riêng với nước và lửa, có ký ức di truyền riêng để gợi mở, có phương cách riêng để giao cảm. Thậm chí cái tâm hòa nhã và các thể điệu trong nghệ thuật uống trà cũng có sức lan tỏa rất riêng. Chính cái đẹp của nghệ thuật tĩnh lặng, mệnh mang, sâu lắng, chân thật hiện hữu trong không gian Trà đạo, đã nâng cao chất lượng thứ nghệ thuật có tên là Trà Đạo này, và cũng chính những đặc tính mang sức lan tỏa của nó đã ảnh hưởng ngày càng sâu vào đời sống tinh thần của người dân Nhật, chứ không hẳn là nó được hình thành từ cách thức của một thế giới nội tâm xu hướng để nhận biết các quy luật giản đơn và cơ bản của nghệ thuật và đời sống con người.

Cách đây trên 3 thế kỷ, người Nhật đã biết tận dụng cây trà, họ vừa cấy trồng phát triển cây

trà, vừa thưởng thức trà rất điệu nghệ và cả buôn bán trà. Ở Nhật đã xuất hiện những “trà thất” (Tea house), tương tự như những tiệm uống trà (trà quán). Ban đầu những trà thất này chỉ nhằm đáp ứng nhu cầu thư giãn tinh thần của một số người, dần dần rộng ra cộng đồng dân cư trong khu vực, về sau trà thất mọc lên nhiều hơn nhằm phục vụ du khách nước ngoài. Nhờ vào đặc tính của trà có công dụng làm con người tỉnh táo, có tác dụng giải cảm và có khả năng làm tiêu tan mệt mỏi, nên việc uống trà trở thành thói quen của người Nhật, từ người già, trung niên, trai trẻ, đàn ông, đàn bà, ngay cả tuổi thiếu niên cũng chịu sức hấp dẫn của chén trà.

Người Nhật thường có thói quen uống trà vào những giờ giấc mà mỗi người tự đặt ra, gọi là “Trà thời”. Chẳng hạn có người có thói quen mỗi buổi sáng sau khi ngủ dậy họ uống một chén trà, có người sau bữa cơm dùng một chén trà, khoảng gần xế chiều lại dùng một chén trà để chống hôn trầm (tỉnh táo khỏi buồn ngủ)... Nói chung, người Nhật mỗi ngày họ uống từ 6 đến 7 lần trà, ngày nào họ cũng uống trà, uống thường xuyên, việc uống trà phổ biến rộng khắp và người Nhật được xem là dân tộc có kiểu uống trà điệu nghệ nhất, họ đã đoạt giải quán quân về nghệ thuật uống trà.

Hiện nay, người Nhật thường dùng loại trà Matcha (Mạt Trà), tức là một loại trà đã có từ thời



Tống, đây vốn là loại Lục Trà thượng hạng được chế biến qua những công đoạn hấp lá trà tươi, vò nát rồi sấy khô, đoạn tán thành bột. Người Nhật có năng khiếu “đạo hóa” các môn nghệ thuật, nên khi tiếp nhận văn hóa trà, họ đã sớm nổi danh với nghệ thuật Trà đạo.

Đã có Trà đạo, tất phải có người uống trà, phải có nơi uống trà. Một khi vào trà thất (Tea house) tự nơi mỗi người đều cảm thấy có trách nhiệm với những hành vi cử chỉ của mình sao cho phù hợp với không gian trà thất. Người Nhật có thói quen lễ nghi biểu hiện qua việc cúi đầu khom lưng khi chào hỏi, nói năng lễ phép, xưng hô nhỏ nhẹ, những đức tính khiêm cung này giúp cho người Nhật ưu thế hơn trong việc phát huy tác dụng của lễ tiết trong Trà đạo. Đã vào trà thất, hầu như người Nhật ít ai bàn đến chuyện thế sự, mà họ trở nên lặng lẽ khiêm tốn hơn. Cách thức pha trà tại các trà thất được “chăm chút, cất tĩa” tỉ mỉ hơn, dù hết sức kiểu cách cầu kỳ, nhưng nó vẫn diễn ra êm thấm dịu dàng, vẫn thể hiện nét trang nhã và sự thận trọng, hòa trong một không gian ấm cúng, mà trong sâu xa, người nhay cảm sẽ nhận ra sự chịu khó nhẫn nại tuyệt vời của các trà nhân.

Những tính chất dù là ở bên ngoài này, đã trở duyên rất lớn cho tính chất cốt lõi của một thời

trà. Nhất là đối với người đang mang trong lòng tâm trạng buồn phiền bất an mà có nghị lực. Trà đạo sẽ là phương tiện, giải pháp tốt nhất để nghị lực của họ mạnh mẽ hơn, xua tan những ưu phiền hắc ám trong tâm thức.

Trong một buổi trà, dù là một thời trà bình thường hay tại một trà thất có bề thế, thì các trà cụ khác phải luôn được chuẩn bị chu đáo. Một bộ đồ trà thường gồm những thứ như : ấm, chén, bình đựng trà, bình chuyên, bình hãm trà, bếp lò than, nồi châm trà, gáo pha trà, đồ gạt trà. Tại những trà thất, người ta thường bố trí trên bàn trà một cái đèn trà nho nhỏ rất xinh và một lư đốt trầm để tăng phần ấm cúng, trang trọng cho buổi uống trà.

Cũng như những môn nghệ thuật khác, Trà đạo cũng có thời đại và trường phái của nó. Sự tiến hóa của nghệ thuật pha trà cũng có thể miễn cưỡng chia làm ba giai đoạn : Đun trà, dẫn trà và hãm trà. Trong sách *"Thánh Thư Trà"* đã nói đến nghệ thuật đun trà như sau : "Đạo thứ nhất là khi nước sôi bọt như mắt cá bơi trong nước, đạo thứ hai là nước nổi lên bọt khí như bọt pha lê, đạo thứ ba là bong bóng khí lớn dần và nổi lên cuộn cuộn trong ấm đun. Trà bánh được hơ qua lửa. Cho đến khi nó mềm như tay của trẻ nhỏ và rã rã thành bột. Muối được cho vào ở đạo sôi thứ nhất, trà cho

vào ở đạo sôi thứ hai. Nước lạnh sẽ được cho vào ở đạo sôi thứ ba để ổn định lại trà. Hoàn tất những công đoạn này xong, mới rót trà ra chén và dùng”. Đây là nghệ thuật đun trà của người Trung Hoa. Còn nghệ thuật pha trà của người Nhật như thế nào ?

Để tìm hiểu cung cách pha trà, uống trà của người Nhật, chúng tôi đã tìm đến một vài trà quán hiếm hoi hiện có mặt tại TP.HCM. Cũng rất may là chúng tôi đã gặp lại, một người đã quen biết trước đây, hiện là chuyên viên ngôn ngữ và văn hóa Nhật. Qua trao đổi, khi biết chúng tôi đang tìm hiểu về Trà đạo. Cô bạn Nhật đã vui vẻ cùng chúng tôi đến một trà quán nằm trên đường Nguyễn Đình Chiểu (quận 3), mà theo cô ta thì kiểu cách trưng bày, bố cục không gian tại đây cũng phỏng theo mô thức những trà quán tại Nhật.

Thực tình vừa bước vào trà quán này, chúng tôi có cảm giác là mình đang ở trên đất Nhật. Hai cô gái trong bộ Kimono truyền thống ân cần đón tiếp hướng dẫn chúng tôi đến một gian phòng có không gian hài hòa yên tĩnh. Sau khi yên vị, chúng tôi chọn món trà Sencha cho buổi uống trà theo kiểu Nhật đầu tiên của mình.

Nhìn quanh, chúng tôi nhận thấy gian phòng uống trà có tầm cao trung bình, những cái quạt

giấy kiểu Nhật mở xòe ra, những bức thư pháp, những bức tranh núi Phú Sĩ và hoa anh đào, những bức tranh thủy mặc... được trang trí hài hòa, đẹp mắt trên bốn bức tường tạo cảm giác êm ả, ấm cúng cho người thưởng thức trà. Ánh sáng trong phòng uống trà cũng vừa phải, quân bình. Phòng trà không có ghế ngồi mà chỉ có chiếc bàn thấp, có chiều cao độ khoảng 30 cm. Ba chúng tôi ngồi xếp bằng trên tọa cụ, đây là loại nệm ngồi mà những người tọa thiền thường sử dụng. Trên bàn trà được đặt một lư trầm bằng gốm đỏ, một cái đèn giấy kiểu Nhật chỉ đủ tỏa ánh sáng vừa đủ cho bàn trà. Trà cụ được bày ra trên bàn gồm có ấm, chén, chuyên trà, bình hãm trà.

Sau khi chuẩn bị xong các thứ đồ dùng cần thiết phục vụ cho buổi uống trà, trong lúc chờ đợi nước sôi, cô hướng dẫn viên vốn là sinh viên du lịch năm thứ 4 đã ngồi thuyết minh về Trà đạo cho chúng tôi nghe. Theo chúng tôi thì ngoài những câu chào hỏi xã giao, những giải thích thắc mắc của chúng tôi về Trà đạo trong suốt buổi uống trà hôm đó, có lẽ câu nói của cô hướng dẫn viên trẻ tuổi này: “uống trà, trước tiên cần sự nhẫn nại” là câu nói có “hương vị” Trà đạo nhất.

Ngồi cạnh bếp lò than nhỏ đang đỏ lửa, vừa canh độ nóng của nước, vừa khéo léo trả lời những câu hỏi của chúng tôi về cách pha trà, về ý nghĩa

của việc uống trà... Điều này cũng chứng tỏ, ngoài việc trang bị kiến thức về văn hóa trà Nhật Bản, những cô hướng dẫn viên ở đây còn có cái tâm rất thịnh tình với Trà đạo.

Bằng kinh nghiệm và những kỹ năng được học, sau khi nhận biết nước trong nồi đun vừa đủ độ nóng thích hợp để pha trà (khoảng 60<sup>0</sup>C), bằng động tác thuần thục, cô gái trẻ mới bắt đầu tráng ấm, chén, rồi bỏ trà vào ấm. Trong công đoạn này chúng tôi cảm thấy dường như cô gái muốn kéo thời gian chậm lại, để nhiệt độ nước trong nồi đun thật sự ổn định mới châm trà. Một lát sau, cô gái mới nhẹ nhàng dùng một cái gáo bằng gỗ múc nước trong nồi đun chế vào ấm trà. Vừa thực hiện động tác này, cô gái vừa giải thích, cần phải hãm trà trong thời gian vài phút để trà được hòa vào nước mà vẫn giữ nguyên phẩm chất và hương vị của nó.

Sau khi hãm trà, cô gái cẩn thận rót vào bình chuyên, rồi từ bình chuyên cô gái mới châm trà vào chén. Việc cuối cùng của cô gái là đặt 3 chén trà lên bàn, mời chúng tôi dùng trà với một cung cách lễ phép theo kiểu Nhật.

Suốt buổi uống trà hôm đó, cô bạn người Nhật của chúng tôi trở nên ít nói hơn, cái tính sôi nổi trẻ trung cũng nhường chỗ cho sự yên tĩnh, lặng lẽ đến khác thường. Sau đó cô ta mới giải thích rằng,

trong một buổi uống trà tại các chùa chiền hay các trà thất, thì sự yên tĩnh là rất cần thiết, nó không chỉ là một cung cách mà còn là một bộ phận rất chi tiết trong nghệ thuật Trà đạo.



## 4. TRÀ ĐẠO NÓI GÌ ?

Người Nhật vốn có tâm chú trọng về nghi thức. Trong việc uống trà, nhất là Trà đạo, họ rất chặt chẽ trong các khâu thủ tục, điều này khiến nhiều người có thói quen sống tự do phóng túng dễ sanh tâm nhàm mỏi và phá lệ. Cũng dễ khiến người ta ngộ nhận rằng người Nhật quá nặng về hình thức lễ nghi ngay cả với những thú vui có tính thưởng ngoạn như uống trà.

Thật ra trong chuỗi suy nghĩ, việc làm của người Nhật đều có mục đích chánh đáng. Những động tác liên hoàn khép kín trong buổi uống trà, từ khâu chuẩn bị, cho đến khi pha trà rồi nâng chén nhấm từng ngụm trà ngon, tất nhiên họ sẽ không bỏ cơ hội để tận hưởng hương vị thơm ngon của trà. Trong cái không gian tưởng chừng gò bó, trong cái cung cách tưởng chừng khuôn sáo dư thừa ấy, họ vẫn là người hoàn toàn được tự do, nhờ đó mà tâm trí được sáng suốt. Mượn hình thức lễ nghi cung cách để ngăn chặn, uốn nắn những thói quen tiêu cực, đưa nó vào quỹ đạo tĩnh lặng một cách êm thấm nhẹ nhàng và có hệ thống, là tư duy đúng đắn, rất thông minh sáng tạo của người

Nhật. Đây là nghệ thuật “dùng tĩnh nhiếp động” trong nghệ thuật uống trà, của trường phái TRÀ ĐẠO.

Cái gốc của Trà Đạo Nhật Bản xuất phát từ chốn thiền môn, được các vị cao tăng cổ súy quảng bá, dần dần truyền đến tầng lớp Phật tử trí thức, rồi lan rộng ra khắp nơi, nhất là nó luôn hấp dẫn giới học Thiền và hành Thiền. Một trong những yếu chỉ của Trà đạo là dùng trà để tìm sự hòa hợp cộng thông giữa con người với con người, để nâng cao tính cách con người và giá trị đời sống tinh thần. Một buổi Trà đạo thực sự trọn vẹn, nó sẽ thu ngắn tối đa khoảng cách giữa người uống trà với thế giới bao quanh.

Nói đến Trà đạo, người Nhật thường có những bạn trà, ngoài “tâm đầu ý hợp”, họ đến với nhau vì đều chung lý tưởng lớn lao hơn đó là tâm xu hướng về Thiền. Ở Nhật, những nhóm bạn bè thường xuyên họp mặt uống trà, người ta gọi họ là những “trà hữu”. Những người bạn trà trong mỗi nhóm thường cùng y chỉ (nương theo) một vị Thiền sư nào đó để được chỉ dạy pháp ngữ và cách hành Thiền. Trong những kỳ Thiền thất, vào những giây phút nhàn rồi sau giờ văn tham, họ cũng thường gặp nhau ở trà thất để trình bày kiến giải, hoặc qua lại cơ phong, với mục đích cùng giúp nhau trên đường tiến hóa.



Các vị Thiền Sư hay các bậc Cao Tăng, dù mỗi người có cách hoằng hóa riêng, truyền pháp khác nhau, nhưng chung qui lại, các vị Thiền Sư kiêu Trà Sư này đều cùng chung một chủ đích : *Khai mở cho đệ tử mình nhận ra mặt mũi chân thật của con người đang ngồi uống trà đó là ai ?*

Khi những bạn trà ngồi tĩnh lự bên chén trà, rồi nhẹ nhàng nâng chén trà nhấp ngụm. Cớ sao vị trà lại chất chất đầu lưỡi ? Hương trà thơm thơm, cớ sao làm khuấy giấc xôn xao ? ...

Những kỳ trà thất nối tiếp nhau qua tháng ngày, những trà nhân tận tụy gắn bó, vẫn lặng lẽ bên chén trà... Song vẫn chưa ai nhận ra con người thật của mình. Và một khi, vẫn chưa ai nắm bắt được con người thật trong kẻ uống trà ấy là ai thì Trà đạo vẫn mãi là dòng suối vắng miệt mài lặng lẽ, êm đềm nơi rừng sâu, thẳm thì nơi phố xá, lắm lì khi những ai muốn hiểu ! Khi ấy, trên cái giọng ban đầu lúc giọt sương khuya chưa tụt đáng, cái đạo trong trà cũng nhẹ nhàng im lặng và hóa thành đường mòn với những ngôn từ rỗng tuếch dành cho những ai thiếu chất.

Vẫn chưa ai nắm bắt được : kẻ uống trà ấy là ai ? thì Trà đạo vẫn mãi là trợ thủ đắc lực nhất, là trợ duyên kín đáo nhất, nó cứ lặng lẽ giúp những hành giả tu Thiền len lõi sâu xa vào sự tĩnh lặng của tâm thức, moi cho ra cái vô vị chân

nhân bất sanh bất diệt, cái mặt mũi trước khi cha mẹ sinh ra !

Dù sao, trước mắt Trà đạo vẫn là phương tiện pháp thông thoáng nhất để chế ngự tâm viên ý mã, là trợ duyên để lắng tâm, tĩnh tâm. Tuy nhiên để theo đuổi những bước chân này, người đến với Trà đạo cũng cần phải chuyên cần tập luyện tính nhẫn nại, tính kiên định, ý thức chế ngự dục vọng, rèn luyện tâm tĩnh giác... với những nội dung chúng tôi sẽ bàn ở những chương kế tiếp.



## 5. NHÂN NẠI

Chúng tôi không phải là những trà nhân thuần túy. Không gian buổi uống trà hôm ấy cũng chưa thật sự là một trà thất đúng nghĩa. Thế nhưng ngay sau buổi uống trà, tinh thần Trà đạo đã chiếm ngự trong tôi.

Mỗi ngày vào lúc 6 giờ chiều, trà quán mới mở cửa đón khách. Hôm đó là lần đầu tiên chúng tôi đến một trà quán mà cảnh và người tại đây đều rất “Nhật”. Sau khi chọn trà xong, phải đợi một hồi lâu, các trà cụ mới được mang đến đặt lên bàn, rồi phải đợi rất lâu nữa, nước trong nồi đun mới bắt sủi bọt mắt cua, tưởng khi nước sôi sẽ được uống trà ngay, ai dè còn phải chờ trắng ấm chén, rồi phải đợi hãm trà... Khi đó, nhà thơ Phạm Thiên Thư, sau hai lần đổi tư thế ngồi đã không tìm được cơn khát nước, nên rất “hồn nhiên” gọi nhân viên phục vụ cho xin một ly nước lạnh !

Thật ra không riêng gì anh Phạm Thiên Thư, mà trước đó cả ba chúng tôi, do tán ngẫu tào lao đủ chuyện “trên trời dưới đất” nên đều khát cháy cổ. Thâm tâm ai cũng muốn hớp ngay một ngụm nước trà cho đã khát. Hoặc như anh Bích

Nhân Hồ đã thốt lên : “Phải chi lúc này mà có một ly trà đá thì đã biết mấy”.

Nghe đề nghị của nhà thơ Phạm Thiên Thư, cô gái trẻ đang phục vụ bàn trà cũng lễ phép gặt đầu vui vẻ, rồi mang đến một ly nước lạnh trông rất thuần khiết và hấp dẫn làm sao. Sau khi đặt ly nước lên bàn, cô gái nhỏ nhẹ nói : “Trà đạo sẽ giúp cho người mới dự trà thất tập tính kiên nhẫn”. Nói xong, cô bắt đầu các công đoạn pha trà, hãm trà xong được chế vào bình chuyên, cuối cùng trà cũng được rót vào mỗi chén ...

Nghe cô gái gợi ý về một đặc tính của Trà đạo, chúng tôi đều gặt đầu đồng ý và cùng cười vui vẻ. Tuy nhiên, sau đó chúng tôi đều có sự “nhìn lại”, và cảm thấy, hơn bao giờ hết, những thói quen nôn nóng, vội vàng, lụp chụp của chúng tôi đã lộ ra rất rõ trong cái không gian tương đối yên tĩnh của phòng trà. Nhất là khi phải đối mặt với sự tĩnh lặng, thì những máy động trong tâm thức con người càng dấy khởi nhiều hơn, càng hiện lên rõ hơn.

Trong buổi uống trà hôm ấy, ngoài việc đang khát nước mà phải đợi chờ một cách máy móc như vậy quả là rất ư là hình thức, gượng gượng. Cái cảm giác khó chịu thứ hai mà cả ba anh em “Trà tập” chúng tôi đã trải qua, đó là việc phải ngồi xếp bằng trên một cái tọa cụ với thời gian rất lâu, mà

trước khi vào trà quán chừng vài phút, tình trạng tâm thức chúng tôi rất lảng xãng. Và lại, ngồi lâu trong một không gian khá yên tĩnh như vậy, với một tư thế ngồi khác thường như vậy, dù không ai bảo ai, nhưng chúng tôi đều cùng có chung một suy nghĩ rằng, thói quen buông lung, tự do phóng túng, quá lảng xãng trong đời sống thường ngày như vậy, ắt sẽ khó mà cảm nhận trọn vẹn “cái hương, cái vị” của trà.

Chỉ trong vòng hai tiếng đồng hồ vào một buổi chiều, tại một bàn trà có không gian yên tĩnh, ý thức tự giác và tự nguyện thể hiện cung cách lịch sự, văn hóa tại buổi uống trà, chứ chẳng ai bắt chúng tôi ngồi xếp bằng, hay nhất thiết phải đợi pha loại trà đó xong mới uống... mà chúng tôi đã sớm có cảm giác là mình bị “mất tự do”. Những giây phút “mất tự do” này, không phải do ai câu thúc kiềm kẹp, mà do chính những thói quen buông lung phóng túng nơi mỗi người tự nó gây ra.

Suy nghĩ miên man, càng về cuối buổi trà, cái cảm giác khó chịu cũng tan theo hương trà phả vào khoảng không vô tận, nó đã nhường chỗ cho sự suy tư trăn trở của một phận người trong một kiếp người.

Thực tế, chúng tôi đã trải qua những giây phút không được thoải mái. Cứ cho là cách uống trà khuôn sáo và tư thế ngồi gò bó kia, đã gây cảm

giác khó chịu thật sự cho những người mới đến với Trà đạo đi ! Song, tự ngẫm lại, một chút khó chịu nhỏ nhoi còn không kham nhẫn, những cái khó khăn hơn, những điều bức bách nguy hiểm hơn, ví như con người ta khi gặp cảnh khổ đau hoạn nạn, khi phải đối mặt với đớn đau bức ngặt trong việc sanh, việc tử thì làm sao có thể vượt qua ?

Chính suy tư này, đã giúp chúng tôi học cách nhẫn nại. Chén trà đã đưa chúng tôi đến với Trà đạo ý nghĩa hơn.



## 6. TĨNH LẶNG

**T**rước những thành tựu vượt bậc của ngành khoa học, xã hội loài người ngày càng văn minh tiến bộ. Con người hình như ngày càng chú tâm đến đời sống vật chất nhiều hơn và đời sống tinh thần gần như bị lãng quên.

Nếu tình trạng này cứ kéo dài, và chẳng có ai quan tâm nhắc nhở đến vấn đề cấp bách này thông qua vài loại hình phương tiện pháp nào đó, chẳng hạn như Thiền tông, Tịnh độ tông, Mật tông hoặc như Trà đạo, Kiếm đạo, Hoa đạo... có lẽ cái thế giới vật chất luôn sôi động ồn ào và tràn đầy màu sắc này - từ rất lâu đã phủ kín đời sống tâm linh và bao trùm mọi hoạt động xu hướng tâm linh của con người - sẽ đẩy con người đến chỗ băng hoại.

Ở Nhật, ngoài những môn tu tập thuần túy của Phật giáo như Tham Thiền, Niệm Phật, thì những môn nghệ thuật như Kiếm Đạo, Thư Đạo, Trà Đạo... cũng được xem là những phương tiện pháp để tu Thiền, dù trên hình thức có thông thoáng và ít nhiều mang màu sắc tín ngưỡng hơn. Tuy nhiên, ở những môn nghệ thuật được đạo hóa

này, nó vừa là thông điệp mang ý nghĩa nhắc nhở con người rằng, chúng ta đang sống trong một thế giới văn minh và ngày càng có nguy cơ bị văn minh nuốt chửng, mặt khác nó cũng vừa là cây gậy dễ thương trợ duyên cho con người chống đi trên bước đường tìm lại những gì đã mất mát, ngay trong đời sống vô cùng hỗn độn phức tạp này.

Cách đây trên hai ngàn năm trăm năm, ở Ấn Độ có một vị thái tử đã sớm nhận ra căn bệnh trầm kha này. Ngay thời niên thiếu, thái tử đã từ bỏ ngai vàng, cất bước vân du tìm thầy học đạo. Bước đầu thái tử đã thực hành thiền định (Samatha bhàvanà : một pháp môn hành thiền làm cho tâm trở nên vắng lặng), với quyết tâm và nỗ lực tinh cần, thái tử đã đạt đến những tầng bậc cao nhất của pháp thiền này. Song Người vẫn không thỏa mãn. Thế rồi, thái tử bái biệt các vị thầy của mình, cất bước ra đi. Con đường phía trước đầy đầy chông gai, và thái tử đã phải chiến đấu ròng rã thêm sáu năm khổ hạnh nữa. Bằng tất cả sự cố gắng vượt bậc, nhưng chân lý vẫn chập chờn đâu đó... Sau khi từ bỏ lối tu ép xác và ăn uống trở lại bình thường, sức khỏe dần dần hồi phục. Thái tử đã nhận định rằng, chỉ có con đường tỉnh giác quay vào nội tâm mới có thể tiến tới mục tiêu tối thượng.



Thế rồi thái tử đã đi đến bên bờ sông Ni Liên (Neranjara) và ngồi xuống dưới cội cây Bồ Đề (Bodhi), theo thế ngồi xếp bằng kiết già (hoa sen). Nơi đây được xem là có khung cảnh ngoạn mục, có không gian thoáng đãng làm êm dịu giác quan và phấn khích tinh thần.

Trong một không gian vắng lặng, yên tĩnh, có cảnh trí mát mẻ êm dịu, với một sức khỏe đã hồi phục và một ý chí kiên cường bất khuất. Tại đây thái tử đã tập trung mọi nỗ lực nhắm thẳng vào tận cùng những hẻm hóc sâu kín nhất của tâm thức. Dần dần Ngài đã gột rửa, thanh lọc, làm cho tâm trở nên trong sạch, vắng lặng tận cùng. Bằng công phu thiền định ngài lần lượt chứng nhập sơ Thiền, nhị Thiền rồi đến tam Thiền, tứ Thiền.

Khi tâm đã thanh tịnh cùng tột, ngài đã vận dụng Thiền Quán (Vipassanà Bhàvanà), quán sâu vào cảnh giới thanh tịnh của tâm, vận dụng Minh Sát Tuệ không ngừng nghỉ, trải qua 49 ngày đêm, cuối cùng ngài đã chứng được thực tướng của vạn pháp, tổ được nghĩa Như của bốn tâm, thấy rõ các pháp hữu vi là vô thường, khổ, vô ngã (Anicca, Dukkha, Anattà).

Chính nhờ thiền định và thiền quán, ngài đã phá vỡ lớp vô minh dày đặc, bùng dậy hoát nhiên thấu triệt nghĩa chơn thường.

Vị thái tử Ấn Độ ấy, không ai khác đó là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Một hiện thân tích cực đã hoàn thiện bước đường đi tìm lại cội nguồn bản thể của con người.

Cũng trên bước đường tìm đạo của thái tử Tất Đạt Đa. Cách đây trên 25 thế kỷ, thông qua đó, chúng ta cũng có thể nhận thấy sự thị hiện và phương tiện minh chứng rất tuyệt vời của chư Phật về quá trình tu tập dẫn đến giác ngộ : Hai giai đoạn tu tập Thiền Định với kết quả khác nhau. Lần đầu, thái tử Tất Đạt Đa chịu sự hướng dẫn Thiền của các vị thầy Bà La Môn, nhưng kết quả công phu thiền định lần này chỉ đem lại cho tâm hành giả trạng thái vắng lặng có tính nhất thời. Đó là kết quả của sự tập trung tư tưởng và nỗ lực gạn lọc tạp niệm. Và thường thì, khi đạt đến sự vắng lặng, người tu thiền định thường hay an trú ở đây, đắm mình trong cảnh giới này. Và đây cũng là một vật cản khiến ngăn trở con đường chứng ngộ bản tâm chân thật của mỗi người. Lần tu tập Thiền Định thứ hai, bên bờ sông Ni Liên dưới cội Bồ Đề, trước khi chéo chân ngồi kiết già tham thiền nhập định, ngài đã khéo léo nói lên đường lối công phu để người hậu học noi theo rằng: *phải quay vào soi rọi lại nội tâm !* Và lần thiền định này, chính là nền tảng để ngài phát triển Minh Sát Tuệ, để chứng ngộ bản tâm của chính mình.

Trong mục nói về “Tĩnh Lặng” trong Trà đạo này, chúng tôi nêu lên một cách vắn tắt và cố ý đặc tả hai cảnh giới thiền định của thái tử Tất Đạt Đa thuở chưa thành Phật, cũng nhằm dụng ý nói về sự tĩnh lặng trong Trà đạo. Lặng yên và Tĩnh giác phải đồng thời với sự *minh mãn vô trước* (sáng suốt không chấp nhận trước vào cảnh). Hai phẩm chất này không thể rời nhau mà phải hoàn thiện nhau. Nó càng quan trọng hơn, nhất là trên bước đường tìm kiếm hương vị thiền của các trà nhân.

Qua hành trạng của thái tử Tất Đạt Đa từ việc tìm thấy học đạo, đến việc tự bản thân nỗ lực nhập định tham thiền, cuối cùng chứng ngộ bản thể Như Lai thành bậc Chánh Đẳng Chánh Giác, đem phép mẫu phổ độ chúng sanh. Qua đó, đã cho chúng ta thấy công phu thiền định và thiền quán trong Phật Giáo là đường lối, thẳng tắt nhất giúp người học đạo tự cứu lấy mình mà không sợ bị “trật đường rầy” hay “tẩu hỏa nhập ma”.

Các phương tiện pháp, như Trà đạo chẳng hạn, xuất phát từ tinh thần Thiền mà hình thành, được xem là một môn Đạo học Phật Giáo, nó biến việc định tâm thành nghệ thuật, ngược lại thông qua nghệ thuật, nó lấy đó làm phương tiện pháp để định tâm. Hơn nữa, triết lý Trà đạo cũng trình bày những nỗ lực mang tính tập trung, có phương hướng và đích đến, nhằm đạt được sự minh triết.

Trà đạo - điều mà chúng ta đang quan tâm đến là sự tĩnh lặng ! Sự tĩnh lặng ấy ra sao ? Có thể hình tượng hóa để rõ nắm được chăng ? Nếu dùng hiện dụ thì không được, điều này nơi mỗi người nóng lạnh tự biết ! Còn mật dụ, thì giống như cái ly nước đầy cái bồn, những vật thể sôi động liên tục làm nước trong ly vẫn đục, khi nhìn vào sẽ không thấy rõ màu thật của nước. Nếu dùng khuấy nó lên, mà để yên, cái bồn trong ly sẽ lắng xuống đáy ly, việc “đùng khuấy nó lên, mà để yên” này diễn ra càng lâu càng tốt, tất nhiên cái bồn sẽ lắng hết xuống đáy. Điều này cũng giống như người tu tập thiền định lâu ngày và nỗ lực, tâm sẽ yên tĩnh và dần dần vắng lặng. Nhưng điều cần quan tâm ở đây là, chúng ta có nhận thấy “đây là cảnh giới của tâm sanh” hay không ? Hay cho đó là cứu cánh ! Chúng ta có bằng lòng với trạng thái tâm vắng lặng này hay chúng ta thật tâm muốn xuyên qua nó, đi thẳng suốt đến chỗ không sanh diệt !

So với nhiều môn nghệ thuật khác như Thư Đạo, Kiếm Đạo... thì Trà đạo có những ưu thế nhờ mật trợ duyên nhiều hơn. Với được tính của một vài loại trà cũng làm người buồn ngủ sẽ nhanh tỉnh táo, thứ nữa không gian hài hòa yên tĩnh của buổi uống trà, dễ khiến cho người uống trà xâm nhập vào thế giới nội tâm. Không khí Trà đạo vừa làm êm dịu tinh thần vừa làm phấn khích tinh

thần ... Đó là những trợ duyên tương đối thuận lợi cho việc tĩnh tâm. Song cần thiết hơn chính là độ nhạy cảm tinh tế của người uống trà mới phát huy tối đa những trợ duyên đáng quý đó.

Ở Nhật, các trà nhân thường học thiền ở các Thiền Sư. Đường lối hành thiền thì không chỉ rõ là A hay là B, là C được, mà nó cần đến sự nhạy cảm tinh tế nơi mỗi người để nương theo ngón tay mà tìm đến mặt trăng. Khi thực sự hành thiền thì mọi lời nói đều là quanh co cả.

Ngày xưa có một trà nhân than phiền với Thiền Sư họ: “Vì sao tôi vẫn không tìm đến cảnh giới vắng lặng của tâm được?”. Vị Thiền Sư hỏi lại: “Anh làm sao mà không đạt được?”, Trà nhân trình bày: “Tôi ngồi yên rất lâu, cũng không nghĩ tưởng gì hết”. Nghe xong, vị Thiền Sư cười phá lên, rồi nói: “Nếu quả thật như vậy thì làm sao tĩnh lặng được”.

Thật ra tu tập thiền định để đạt được trạng thái tĩnh lặng cũng có nhiều cách, chẳng hạn quán Sổ tức, tức là chú tâm duyên theo hơi thở và đếm hơi thở, chú tâm niệm Phật, hoặc là “trĩ vọng”, “chỉ quán”... cũng là những phương pháp định tâm phổ biến. Tâm khi đã định thì sự vắng lặng liền đến, hay nói đúng hơn, tâm sanh định tức sanh vắng lặng. Nói về công phu thiền định để đạt được sự tĩnh lặng hoàn hảo, kinh nghiệm của nhiều trà

nhân cho biết, khi nhìn vào cái này, ắt sẽ không thấy những thứ khác. Do đó, khi buông xả hết lăng xăng, chẳng hướng ngoại nghĩ suy, cũng không khởi niệm và tập trung tinh thần chuyên chú vào đương niệm, thì tự công phu này sẽ hóa giải được nhiều niệm khác. Nếu như có “nhiều niệm khác” dấy lên vào lúc đó, điều này sẽ cho thấy, hành giả tu thiền chưa thật sự chuyên chú để sống trọn vẹn với một niệm. Người xưa nói : “Nơi vô sanh chớ sanh thân nguy hiểm”, cũng nhằm cảnh sách việc sống đạo nơi mỗi hành giả, cần nhất là sự chuyên chú vào trọng tâm công phu, chớ nên lơ là giải đãi rồi sanh vọng niệm.

Người tu thiền nếu lơ là công phu, sẽ thấy ngay cả một xã hội ngổn ngang huyên náo tập trung trong một cái “sợ người”. Những “con người” gồm đủ thành phần, đủ giới tính, đủ trình độ, đủ ham muốn thị phi này, luôn sẵn sàng nổi loạn, nếu như hành giả tu thiền không quyết tâm hóa giải chúng bằng cách chuyên chú vào một niệm, thì cái xã hội ồn ào bên trong sẽ đưa ta đi ba cõi sáu đường chỉ trong một sát na. Còn nếu quyết tâm với một tinh thần tỉnh giác cao độ, chúng sẽ từ từ yếu đi, rồi tử vong và hóa thân thành những “niệm sáng” trong lành, giống như hiện tượng bọt biển trở về với biển nước bao la... Trong các môn Kiếm đạo, Võ đạo, yếu tố tỉnh giác có phần vượt trội hơn yếu tố vắng lặng, bởi do nét đặc thù của

các môn này gồm sự bén nhạy, tinh anh, lanh lợi, dững cảm... gần như lúc nào cũng trùm khắp và sẵn sàng phô bày khi gặp việc, ngược lại yếu tố vắng lặng chỉ là phần chìm, len lỏi một cách sâu xa, trạng thái tĩnh chỉ phơi bày khi đường kiếm, đường quyền ngưng nghỉ, hoặc chỉ có những bậc nội công thâm hậu mới thấy được cái tĩnh trong cái động. Trong Trà đạo, trạng thái vắng lặng không chỉ là mặt nổi, mà còn là tảng băng chìm, chiếm cứ và chi phối gần hết tâm thức người uống trà. Chính vì vậy mà các trà nhân cần tập trung tinh giác để quân bình và ổn định trạng thái tâm trong tu tập. Đối với những trà nhân khi đạt đến trình độ công phu nhất định, thì trạng thái yên lặng và tĩnh giác thường ở thế thăng bằng, tương hỗ nhau mật thiết; trong tĩnh có lặng và trong lặng có tĩnh, tĩnh lặng trong khi pha trà, uống trà cũng như biến dịch sang công việc khác.

Tĩnh và lặng là phẩm chất hoàn thiện để nói về cái đạo trong Trà đạo. Tĩnh lặng là một thể thống nhất nó không thể phân hai, và dù muốn phân hai cũng không được. Các trà nhân dọn mình trong sạch, khi tu tập thiền, phẩm chất tĩnh lặng cao quý này sẽ giúp họ phấn khích hơn, minh mẫn hơn trong nỗ lực công phu.

Một trà nhân qua nhiều năm, thường ngồi lặng lẽ bên chén trà. Vào một buổi chiều nọ, anh

ta bỗng thấy trong tâm ngập tràn sự vắng lặng, một cảm giác khinh an lạ thường, đầu óc cũng vô cùng minh mẫn. Anh tìm đến một vị Thiền sư đang ở trong một ngôi chùa gần đó. Anh ta hỏi vị thiền sư này : “Thưa thầy, tâm vắng lặng, an ổn, sáng suốt ấy là đạo chăng?”. Vị thiền sư hỏi lại : “Anh đã đạt đến chưa?” Trà nhân liền thưa : “Đã đạt đến!”. Vị Thiền Sư nghiêm khắc trả lời : “Đấy chỉ là tướng trạng và cảm giác do tâm thiền định sinh ra. Không phải đạo! Anh hãy kiên định và tập trung tham thiền. Về sau tự khắc biết!”.

Trà nhân này vâng lời ra về. Anh ta đã đặt hết tâm trí vào công án : “Âm thanh của một bàn tay” của thiền sư Hakuin. Sau này trà nhân thường nói với các bạn đồng môn : “Lặng lẽ và tĩnh giác không phải là đạo, nhưng không lìa đạo. Phẩm chất này đã giúp tôi khám phá ra âm thanh của một bàn tay.”





## 7. KIÊN ĐỊNH

Đến với môn Trà Đạo hoặc những môn nghệ thuật có ảnh hưởng Thiền tại Nhật như Thư Đạo, Kiếm Đạo, Cung Đạo..., bỏ qua những ích lợi vòng ngoài như thoả mãn thẩm mỹ, người ta dễ dàng nhận ra cái mục đích của những môn này đều nhằm vào việc tu tâm dưỡng tính, hướng đến cuối cùng không chỉ dưỡng đó mà đòi hỏi các môn sinh dùng toàn tâm toàn lực để đạt đến chân lý thâm cùng. Do vậy ở môn Trà đạo các trà nhân không chỉ đến trà thất để thưởng thức vị thơm ngon của trà, để được an nhàn yên tĩnh, mà cần phải tỉnh giác cao độ để tiến xa hơn hầu vượt qua ngưỡng cửa “Vô tâm” mới phát huy đại sự.

Tâm yên bình là nền tảng của tỉnh giác, tỉnh giác để quán chiếu, quán chiếu sâu xa để “nghe” cái “tánh nghe”, để “thấy” cái “tánh thấy”, để “nếm” cho ra cái mùi vị bất sanh bất diệt của “tánh nếm” ấy ra sao ! Có lẽ không gì quan trọng hơn ý chí cao với một tinh thần kiên định.

Nói về tinh thần kiên định, chúng tôi kể ra đây một mẩu chuyện như sau : Trong một lần đến Nhật Bản, ông E.Herrigel, một giáo sư triết học

người Đức, đã tranh thủ đến Tokyo để cùng họp mặt với một số đồng nghiệp người Nhật. Họ cùng ngồi uống trà trong một nhà hàng ở tầng thứ năm của một khách sạn. Trong lúc mọi người đang trò chuyện bên chén trà, bỗng dưng có nhiều tiếng động ầm ầm vọng đến. Âm thanh vang động lớn dần kéo theo sự rung chuyển và đổ vỡ những đồ vật trong phòng trà đã làm nhiều người hốt hoảng. Trong hoảng loạn khôn cùng họ chạy tóa ra hành lang, người nào cũng nhanh chân tìm đường xuống cầu thang để kiếm chỗ tránh nạn. Thì ra một cơn động đất !

Cũng giống như tâm trạng của nhiều người châu Âu mới đến Nhật, ông Herrigel cũng chực lao ra cửa. Thế nhưng trong khoảnh khắc, ông chợt nhớ đến người bạn lúc này đã cùng ông trò chuyện, ông bèn quay lại bàn trà và hỏi thúc người này mau chạy đi. Thế nhưng điều làm cho ông Herrigel bất ngờ hơn khi chứng kiến người bạn của mình vẫn cứ ngồi yên, mà thật kỳ lạ, người bạn Nhật này ngồi lặng lẽ với một tâm trạng rất thanh thản. Hai tay người này chấp vào nhau, mắt hơi nhắm, tư thế yên tĩnh lạ thường giống như chẳng can hệ gì với thế giới chung quanh.

Từ bất ngờ đến ngạc nhiên, cảnh tượng rất lạ này đã thu hút ông Herrigel mãnh liệt, đến nỗi ông cũng hoàn toàn không bận tâm gì đến cơn

động đất. Sau vài giây đứng ngáy ra nhìn, ông Herrigel đã tự ngồi xuống bên cạnh người bạn Nhật. Khi cơn động đất qua đi, người bạn Nhật lại tiếp tục câu chuyện với ông Herrigel đúng vào chỗ đang trao đổi dang dở lúc nãy. Đặc biệt người Nhật này thản nhiên, không hề nhắc đến biến cố vừa xảy ra, dù chỉ một lời trấn an hay lý giải.

Riêng ông Herrigel, khi nổi khiếp sợ lo lắng qua đi, ông mới hoàn hồn và chợt nhận ra cái định lực rất lớn của người bạn đồng nghiệp đã lan tỏa và ảnh hưởng thu hút ông Herrigel một cách tuyệt đối.

Vài ngày sau khi biết người bạn Nhật này là một hành giả tu Thiền, cũng là một trà nhân thường xuyên thực hành Trà đạo. Ông Herrigel vô cùng thán phục và ngưỡng mộ pháp môn Thiền. Chính người bạn của Herrigel đã nói : “Nếu đặt mình vào trạng thái tĩnh tâm cao độ, duy trì nó bằng một ý chí thép, thì không có bất cứ điều gì có thể lay chuyển được bạn. Người Nhật chúng tôi gọi ý chí này là Kiên Định”.

Ông Herrigel còn được biết, người bạn của ông rất chuyên cần hành thiền và là một trà nhân gương mẫu cầu tiến ngay từ thời niên thiếu. Chính Trà đạo đã giúp cho người này tập được tính kiên định, nó đã hỗ trợ rất nhiều cho công phu Thiền sau này của ông.

Về sau ông Herrigel đã đến với nghệ thuật bắn cung, thông qua môn này, để có điều kiện tiếp xúc với thiên. Ông là tác giả của tác phẩm “*Con đường Thiên*” được viết bằng tiếng Đức. Cuốn sách này cũng đã được Ngô Ánh Tuyết và Vương Long biên dịch lại từ một bản dịch khác, có tên là “*Thiên và Vô Đạo*”.



## 8. BUÔNG XẢ

Thiền bắt nguồn từ Đạo Phật, nói đúng hơn Thiền là một phương tiện xảo diệu trong vô số phương tiện để đạt đến giác ngộ của Phật tử. Đứng trên phương diện tu tập, Thiền đã phát triển theo một hướng đi rất riêng hoàn toàn khác hẳn với nhiều pháp môn khác trong Phật Giáo. Một chi tiết rất quan trọng trong hướng đi của Thiền Tông. Đó là buông xả. Đã buông xả thì phải buông xả hết, từ tham dục, thói quen, kiến giải, đến kiến chấp, sở đắc. Đặc biệt, buông xả kiến chấp được xem là công việc thiết yếu mà hầu hết bất kỳ Thiền sinh nào cũng cần phải thực hành rất ráo.

Đối với người tu Thiền, với thời gian và nghị lực, việc buông xả tham dục có thể thực hiện được nhờ vào nhận thức, ý chí, các điều kiện trợ duyên khác. Thông qua nỗ lực tu tập Thiền định có thể chặn đứng và tiến sâu hơn, có thể vượt qua tương đối dễ dàng hơn là xả bỏ kiến chấp.

Thật ra trong đời sống của người tu Thiền, những cảm giác bên trong của hành giả là những tác động trực tiếp giúp họ nhận thấy rõ sự rối rắm của những sinh hoạt đời thường, bằng tinh thần

tha thiết tu tập, họ có thể chọn công việc và chỗ ở cho riêng mình một cách thích hợp mà không bị đời thường chi phối. Việc xa lánh đời thường như vậy thì dễ, bởi nó là cái ở bên ngoài dễ né tránh. Còn kiến chấp là gốc vô minh, có xuất xứ và gốc rễ thâm căn cố đế, đóng đô ngay tâm thức con người. Vậy chúng ta phải dùng phương pháp gì để buông xả kiến chấp?

Bây giờ chúng ta thử quay lại với các môn Đạo học Phật Giáo, nếu các môn này đã có thể biến việc định tâm thành nghệ thuật và ngược lại, thì cũng chính các môn này cũng có thể dùng tính nhạy cảm, biến nó thành nghệ thuật để hóa giải kiến chấp. Thực vậy, để đối trị với kiến chấp chỉ có sự nhạy cảm tinh tế. Nhạy cảm sẽ đóng một vai trò rất quan trọng trong việc buông xả kiến chấp, còn việc định tâm lúc này chỉ là trợ duyên. Thật ra từ lâu đời người ta đã biết, chỉ định tâm thôi sẽ không thể nào buông xả hết kiến chấp, mà phải phát huy tận cùng sự nhạy cảm tinh tế của tâm tỉnh giác mới mong hoàn thiện công việc được xem là lẩn gian nan khổ ải này.

Điều mà chúng ta cũng nên lưu ý là : việc nhận thức về đường hướng tu tập cho bước đi tương lai, được xem là một vệt sáng của chánh kiến, chứ không phải là kiến giải hay kiến chấp. Nó cũng được xem là ý thức thăng hoa trong giai đoạn tiền giác ngộ.

Câu chuyện về thái tử Tất Đạt Đa trước khi thành Phật. Ngài đã từng tu tập Thiền định theo sự hướng dẫn của các thầy ngoại đạo, rồi tu khổ hạnh trong rừng già ròng rã sáu năm. Về sau Ngài mới tự nghĩ rằng : “Phải quay về thế giới nội tâm...”. Thế nhưng, 49 ngày miên mật thực hiện ý nghĩa này, đương khi nỗ lực công phu, chúng tôi có cảm tưởng rằng, ngài đã không phải niệm hay chấp vào ý nghĩa nói trên. Thật ra, trong khi tu tập, tức là đương khi tập trung tinh thần tâm lực tiến đến những mục tiêu đã đề ra, chứ không phải chấp giữ những cái thấy biết ban đầu.

Nói về việc buông xả kiến chấp, có thể nêu ra đây một ví dụ rất thú vị và ý nghĩa:

“Thiền sư Nan'in Zengu – Nam Ấn Toàn Ngu (1834 – 1904), ngài có đời sống giản dị, kiến thức uyên bác và đạo phong cao tốt.

Hôm nọ, có một vị Giáo sư đại học đến tham vấn cầu mong học hỏi về Thiền.

Thiền sư Nan'in Zengu liền ân cần mời khách vào trà thất. Sau khi khách yên vị. Thiền sư rót nước trà mời khách.

Tách nước trà đầy dần, đầy dần, rồi tràn cả miệng ly, đổ cả ra bàn. Thiền sư vẫn rót, rót mãi, rót mãi, nước chảy lênh láng ...

Vị Giáo sư nọ dần lòng không được bực tức la lên :

- Chén trà đã tràn rồi, sao Thấy cứ rót mãi thế ?

Khi đó Thiền sư mới mỉm cười, ôn tồn lên tiếng :

- Cũng giống như chén trà này, trong đầu ngài đang đầy đầy những quan niệm, những kiến chấp... Nếu có rót thêm vào, ngài cũng không có chỗ đón nhận, thật chẳng ích gì ! Chỉ trừ khi ngài buông bỏ những kiến chấp, nhàm chán lý luận mới có cơ may học Thiền hồi Đạo !”

Quả thật thú vị, từ một chén trà tại trà thất của mình, Thiền sư Nan'in Zengu đã khéo léo dùng phương tiện pha trà để khai thị cho vị Giáo sư nọ về sự tai hại của kiến chấp. Đây là nghệ thuật khai thị rất uyển chuyển độc đáo trong Trà đạo.

Trong những buổi uống trà, các bạn trà thường cảnh sách nhau, động viên nhau tinh tấn hành Thiền, chứ ít ai dùng lời nói để phô trương kiến giải. Đây là không khí Thiền mà chúng ta thường thấy trong những buổi Trà đạo. Tại các trà thất, nơi có không gian yên tĩnh, với sự tĩnh giác và nhạy cảm tinh tế, các trà nhân dễ gạt rửa kiến chấp, hơn là tại những nơi có không khí sôi động đầy đầy thị phi tranh chấp.





## 9. KHIẾT TRÀ KHỨ

Ngoài những trà nhân đã từng có thời gian tu theo pháp Thiền, thì những người lần đầu đến với Trà đạo thường dễ sanh cảm giác tù túng gò bó, nhất là khi cái tính tò mò muốn thử tìm hiểu xem Trà đạo ra sao. Đối với những người đã xem Trà đạo như là một phương tiện pháp để tu tập Thiền thì tâm nhần nại được xem là yếu tố căn bản đầu tiên rất cần thiết.

Chịu khó nhần nại nhằm chế ngự vọng tâm lằng xằng thôi chưa đủ mà cần phải kiên định duy trì sự tĩnh lặng lâu dài, giống như gạn lắng một ly nước cẩu bản càng lâu càng tốt. Sự tĩnh lặng được duy trì trong thời gian lâu dài sẽ giúp cho tâm thức trong sạch, tỉnh táo hơn với những pháp trần vọng niệm.

Khi tâm của hành giả đã tạm thời thanh tịnh, các trà nhân nếu khéo léo điều phục các thói quen không thuận theo công phu tu tập thường vấp phải trong đời sống hằng ngày, điều này sẽ tạo điều kiện tốt cho việc chế ngự dục vọng và hướng công phu tu tập tiến triển tốt đẹp hơn.

Xuyên qua từng bước dọn đường nhằm hướng đến trọng tâm công phu tham Thiền, các trà nhân lần lượt trải qua các giai đoạn : Nhẫn nại chỉnh sửa thân tâm, lắng tâm nhiếp niệm để tâm trí được tỉnh lặng, dùng ý chí kiên định để duy trì tâm trong sạch và làm môi trường tốt cho các thiện pháp nảy nở. Từ cảm nhận sâu xa lẽ vô thường và ý chí quyết tâm tìm về nguồn cội, thì dù tay nâng chén trà hay tay cầm cán cuốc ra ngoài ruộng, dù đang ở trà thất hay lang thang nơi phố chợ, các môn sinh Trà đạo vẫn có thể tự tin ở một tương lai, bởi hạt giống Thiền đã được chầm chút một cách cẩn thận từ chính sự nỗ lực lớn lao của mỗi người.

Đã có duyên với Thiền, thì không luận là môn sinh của Trà đạo hay Kiếm đạo, Thư đạo..., cần nhất là hãy mạnh dạn tự tin ! Nhiều trà nhân ban đầu cũng rất dũng mãnh, nhưng thường là khi đến nơi không thể vin theo, không chỗ bám víu vào liền hoang mang quờ quạng. Bất giác tự hỏi “Đến với Thiền ư?”. Một sự thật trái ngang đang bày ra trước mắt : Thiền không có pháp để tu, Thiền không có chỗ để đắc, Thiền không có nơi để đến, cũng chẳng có một mảy may lý giải để tỏ bày hay chỉ trở ! Vậy phải làm gì đây ? Đã đến đây thật không còn gì lợi lớn bằng cách chúng ta hãy cùng nhau buông xả “sạch sành sanh” mọi kiến chấp rồi cung kính cúi đầu nhận lãnh chén trà tự tay ngài

Triệu Châu trao cho, qua câu chuyện “Khiết Trà Khử” sau đây :

Đời nhà Đường có một vị Thiền Sư xuất chúng, Ngài Tùng Thám Triệu Châu (Joshie) (778 - 897). Một hôm có một vị Sư hành cước đến tham vấn. Triệu Châu hỏi : “Trước kia, ông đã từng ở đây chưa ?” Vị Tăng đáp : “Thưa đã từng”. Triệu Châu bảo : “Uống trà đi”.

Sau đó cũng có một vị Tăng khác đến thăm ngài Triệu Châu. Triệu Châu hỏi: “Trước kia ông đã từng ở đây chưa? ” Vị Tăng đáp: “Chưa ! ” Triệu Châu bảo: “Uống trà đi”. Khi chứng kiến cả hai trường hợp trên, thị giả của Triệu Châu không hiểu nổi, nên hỏi thầy mình: “Tại sao đối với vị Sư trí tuệ đã đốn ngộ thì thầy bảo “Uống trà đi”, mà đối với vị Tăng mù tịt về chánh pháp, thầy cũng bảo : “Uống trà đi”. Chung quy là ý chỉ gì ?”. Triệu Châu liền đáp: “Uống trà đi”.

Kết quả là cả ba đều được uống trà.. Một chén trà uống hoài chẳng vơi. Một chén trà không liên quan đến mê ngộ. Một chén trà siêu việt mọi kiến giải, nên chi cũng chẳng cần phải nói *Khiết Trà Khử* là cơ phong cao tột của ngài Triệu Châu. Chỉ cần ném được vị trà này, một chữ Thiền cũng không cần bàn đến. Sự so đo suy tính đã làm ngăn trở hương thơm của trà. Hãy “Uống trà đi!”.

## 10. BỐN ĐỨC TÍNH CỦA NGHỆ THUẬT TRÀ ĐẠO

Chúng ta đang nói về Trà đạo và đã có cơ may nhấp một ngụm trà Triệu Châu qua câu chuyện “*Khiết Trà Khử*”. Nhấp một ngụm trà Triệu Châu, đáng lẽ ra chúng ta mỗi người mỗi ngã, hoặc có lẽ gặp nhau mà “chẳng nhìn thấy nhau” mới là điều đáng quý ! Đằng này chúng tôi vẫn còn loay hoay chạy quanh miệng chén, các bạn hình như cũng mơ hồ. Chung quy lại chúng ta vẫn còn lải nhải và làm rối rắm lẫn nhau. Bởi độn căn, thôi đành chịu vậy, chúng ta đành kết duyên làm trà hữu với nhau và cùng nhau lạm bàn về bốn đức tính cao quý của nghệ thuật Trà đạo.

Trước đây ông Herrigel, một giáo sư Triết người Đức, đã kể về cái duyên ban đầu đến với Thiền của ông cũng lắm bất ngờ, và cũng quanh co lòng vòng như chúng ta bây giờ không kém. Ông Herrigel ngưỡng mộ Thiền thông qua hình ảnh một người tu Thiền ngồi bất động trong cơn động đất đang diễn ra dữ dội. Thán phục cái tâm bất động uy nghi đó, ông Herrigel tìm đến Thiền với

quyết tâm mạnh mẽ, mong giải quyết khát khao được nếm hương vị Thiền.

Thế nhưng khi dần thân vào con đường Thiền Đạo, ông Herrigel đã lưu tâm đến quá nhiều lý luận về Thiền, đến nhiều khía cạnh huyền bí của Thiền. Về sau ông ta tự biết, sẽ không dễ dàng gì đi sâu vào Thiền, vì Thiền không có lý thuyết, không có giáo điều. Thế rồi, ông Herrigel đã quay sang chọn một số môn nghệ thuật chịu ảnh hưởng mạnh mẽ của Thiền. Ông Herrigel đã chọn môn bắn cung. Sau này cũng chính nhờ môn nghệ thuật này mà đã có “chỗ gần” với Thiền. Tuy vậy, ông Herrigel vẫn thường hay nói : “Tôi đã nhiều năm chạy lòng vòng”.

Không biết đến thời điểm này, ông Herrigel có còn chạy lòng vòng hay không, việc đó chắc “nóng lạnh” chỉ có ông ta biết. Tuy nhiên, câu chuyện của ông Herrigel và câu chuyện của chúng ta, những người đã nhận lãnh chén trà Triệu Châu mà vẫn không cảm được cái vị trà Triệu Châu quả thật có điểm tương đồng. Chúng ta đành phải chạy lòng vòng quanh miệng chén trà với môn Trà đạo vậy.

Khi đã xem Trà đạo là một phương tiện để tu tập Thiền, chúng ta cần nên biết qua bốn đức tính cao quý của Trà đạo. Đó là : “Hòa, Kính, Thanh, Tịch. Bốn đức tính này được xem là tinh thần máu chốt của nghệ thuật Trà đạo.

+ **Hòa** : Hòa trong Trà đạo có nghĩa là “hòa đồng”, “hòa điệu”, “hòa nhã”. Khi có đức tính Hòa, con người rất dễ phát tâm từ, trải tâm thương yêu loài người và muôn vật. Khi đức tính Hòa nảy nở rộng khắp, nó sẽ vượt qua đối đãi, vượt qua tâm phân biệt “trí - ngu”, “cao - thấp”. Đây chính là chủng tử của Bình Đẳng Tánh Trí. Hòa là cơ sở tất yếu để đạt đến “Vô ngã” chứng được “Chân ngã”.

Ngày xưa, khi Thiền Sư Đạo Nguyên từ Trung Quốc trở về Nhật Bản. Có người hỏi ngài : “Từ Trung Quốc ông được cái gì mang về ?”. Đạo Nguyên đáp : “Tôi trở về hai tay không. Chỉ học được chừng mực nào đó về chữ Hòa”.

Đi tâm đạo phương xa, trở về chỉ học được “chừng mực nào đó” của chữ Hòa. Quả thật là chân thật. Cái chừng mực nào đó của chữ Hòa cũng chính là cái tâm An Hòa của Thiền sư Đạo Nguyên. Cũng thật là khiêm tốn, khi các Thiền sư chỉ nhận rằng mình học được chữ Hòa trong một chừng mực nào đó, chứ không ai dám cho rằng mình đã “Hòa trọn vẹn”. Ngoài đức Phật ra, thì khó ai có thể Hòa trọn vẹn. Một chữ Hòa trong đạo Phật lớn lao vô cùng, ích lợi vô cùng, phổ độ vô cùng.

Đến với nghệ thuật Trà đạo, chúng ta cần nên thể hiện sự hòa nhã lễ độ, trong buổi uống trà chúng ta nên cùng nhau hòa điệu để chia sẻ cảm

thông nhau, đối với cảnh vật xung quanh chúng ta nên hòa đồng, để phát triển lòng từ bi bình đẳng và khai mở trí tuệ.

+ **Kính** : “Kính” trong Trà đạo có nghĩa là “cung kính”, “thành kính”, “lễ kính”. Khi có đức tính “Kính”, con người sẽ trở nên thuần lành, trong nhà kính cha mẹ, anh chị, ra ngoài “kính lão đắc thọ”. Khi có duyên với Thiền, với Đạo, con người sẽ phát tâm lễ kính Chư Phật, thành kính với Pháp, và cung kính Chư Tăng. Một chữ kính hướng về Tam Bảo với lòng tha thiết quy y, sẽ giúp cho việc tu tập Thiền của chúng ta nhanh chóng phá vỡ tà kiến, buông bỏ định kiến, sẽ làm cho thái độ của mỗi chúng ta nhanh chóng thay đổi từ cầu thả bất cần sang cần trọng, oai nghi, từ tổn...

Đức tính “Kính” trong Trà đạo thể hiện qua hành vi kính quý, kính trọng, nó thay cho lời nói biết ơn sâu sắc của con người đối với con người, cũng như đối với vạn vật. Nó làm cho con người biết nhún nhường nhau, từ đó nét hạnh khiêm cung sẽ nảy nở trong lòng mọi người. Kính là oai nghi của “Tâm” và “Thân”, là cội nguồn của phước đức trí tuệ.

Ngài Đích Thủy Nghi Mục – TeKiSui Giboku (1822 –1899) là một Thiền Sư nổi tiếng ở Nhật Bản, được xem là bậc thầy về tính nghiêm khắc

trong việc dạy dỗ đệ tử. Ông thường hay la mắng đánh đập học Tăng, nên có rất nhiều người không chịu nổi ông đã bỏ chùa ra đi. Duy chỉ có một mình ngài Nga Sơn (Gasán) là chịu nổi. Nga Sơn rất tha thiết với việc lớn sanh tử, dù bị đánh đập rất nhiều, nhưng ông vẫn một lòng một dạ hầu hạ thầy mình, không một lời than trách. Về sau Nga Sơn ngộ đạo, ông thường nói với mọi người : "Một người đệ tử khá, phải biết tôn quý kính trọng sự giáo dục, ân cần của Thầy mình. Một đệ tử giỏi, đứng trước kỷ luật nghiêm khắc của Thầy, thì phải càng gia tâm cung kính đức hạnh của Thầy mình nhiều hơn nữa..."

+ **Thanh** : "Thanh" trong Trà đạo được hiểu là "trong sạch", nó ngược lại với ý của từ "Trược" là dơ uế, hôi thối.

Một ly nước cẩu bần nhiều, để lâu ngày nó sẽ trong sạch. Điều này cũng giống như những trà nhân, nếu lắng tâm yên tĩnh nhiều ngày, tâm sẽ thanh tịnh. Người tu Thiền thường sống với đức tính "Thanh", thường gặp nhiều điều an ổn, tâm hồn sẽ trở nên trong sáng, mát mẻ. Tâm hồn thanh tịnh sẽ rất cần thiết cho việc tu Thiền, nó là động cơ để phát khởi đức tính "Kính" và "Hòa".

+ **Tịch** : "Tịch" có nghĩa là vắng lặng, nói đúng hơn là "Tĩnh lặng". Trong Phật giáo, chữ "Tịch" là Niết Bàn, Phạn ngữ gọi là "dập tắt". Do



đó nếu nói Tịch là “tĩnh lặng” sẽ không hợp với nghĩa Tịch là Niết Bàn trong Phật Giáo.

Tuy nhiên, trong nghệ thuật Trà đạo, “Tịch” được hiểu là “tĩnh lặng” sẽ gần với hướng phát triển đường lối tu Thiền hơn. Sau “nhẫn nại”, tĩnh lặng là nấc thang đầu tiên mà tâm hành giả phải đạt đến, mới mong tiến sâu vào công phu tu tập. Trong Trà đạo, cần phải “tĩnh lặng” mới có thể chiêm nghiệm được bản thân.

Chính sự Tĩnh Lặng, mới khiến tâm trong sạch (Thanh), có trong sạch mới nhận ra tương quan giữa con người với thế giới xung quanh một cách trí tuệ nhất. Từ đó phát tâm lễ kính chư Phật, thành kính với Pháp, cung kính chư Tăng.

Có quy y lễ kính Tam Bảo (Phật – Pháp – Tăng trong Phật giáo), con người sẽ dễ dàng tiến sâu vào Thiền đạo, mới phát tâm yêu thương loài người và vạn vật, mới vượt qua đối đãi, thị phi, cao thấp. Đây là trình tự tâm linh mà các hành giả tu Thiền phải đi qua. Đó là Tịch rồi đến Thanh, đến Kính đến Hòa.



## 11. THÓI QUEN

Hình thức uống trà theo kiểu Trà đạo Nhật Bản rất cầu kỳ, kiểu cách. Những thủ tục và cách thức rườm rà chậm chạp, choán rất nhiều thời gian trong buổi uống trà trông chừng như không cần thiết ấy lại là “vị thuốc hay” dành cho những người tâm ý nhiều vọng động. Từ những cách hướng dẫn và sau vài lần dự trà thất, các trà nhân nương đó cứ thế làm theo. Dù cố gắng thực hiện tốt những buổi Trà đạo, song đã có rất nhiều người chưa thật hài lòng với chính mình. Nếu cứ tiếp tục sống với Trà đạo theo kiểu gượng vờ vô nghĩa như thế này, thì Trà đạo quả là chẳng có ích lợi gì cho công phu tu tập. Thử hỏi vì sao trong thâm tâm các trà nhân chưa thật sự thỏa mãn ?

Đó chính là do nề nếp mới chưa qua nổi những thói quen tự do phóng túng của những người mới tập uống trà. Nếu không khắc phục chế ngự buông xả những thói quen, thì những thủ tục rườm rà trong buổi uống trà chỉ là hình thức rỗng, đơn giản nó chỉ là một phương thức thay đổi hoàn cảnh sống nhất thời chứ không có chuyển biến

thực sự nơi tâm đạo. Khi đó, Trà đạo không còn có ý nghĩa là “đạo sống” nữa !

Trong sinh hoạt hàng ngày, con người vốn sống tự do, thoải mái trong đi đứng nằm ngồi, thoải mái trong đòi hỏi và tạo tác nhằm đáp ứng nhu cầu hưởng thụ. Cuộc sống không điều độ và cái tính tự do có xu hướng tiêu cực sẽ dẫn đến hậu quả xấu cho tinh thần và thể chất. Có những trường hợp, khi con người bước vào chốn lao tù, họ mới thức tỉnh và biết quý trọng điều độ chừng mực, mới biết rằng sự tự do phóng túng lúc chưa ngồi tù đã gây ra tai hại như thế nào !

Lẽ nghi Trà đạo không phải lập thành để nhất sự tự do thoải mái vào lồng kín, mà để con người thấy rõ thực chất của tính tự do thoải mái đó là dòng thác tâm vọng động chảy tràn như lũ cuốn, điều khiển hàng loạt hành vi phóng túng vô trật tự, là căn nguyên của tâm trạng bất an trong đời sống con người.

Nếu chưa từng đến trà thất hay mới nhập môn Trà đạo, chắc chắn người uống trà sẽ cảm thấy gò bó, tâm ý bất đầu dấy khởi lung tung một cách náo động mạnh mẽ hơn, thân tuy ngồi một chỗ nhưng chưa chắc gì đã yên. Cái chính là gốc tâm luôn bị xao động và chưa từng được yên nghỉ, thêm vào đó là ý thức con người cũng chưa từng điều chỉnh uốn nắn tận gốc những mầm mống tạo nên hàng loạt

hành vi vô trật tự, mà ta hay gọi là sự buông lung phóng túng.

Những điều chúng ta đã biết, đã nghĩ, đã làm, chúng được lặp đi lặp lại trong đời sống con người, từ ngày này qua ngày nọ, từ kiếp trước đến kiếp sau. Nó được gọi là “Thói quen”, mà trong giáo lý nhà Phật gọi là “Nghiệp”.

Thói quen có ảnh hưởng xấu, có ảnh hưởng tốt, cũng có thói quen không ảnh hưởng hai mặt này, mà ta thường gọi nôm na là “bằng quơ”, hay “vô thường vô phạt”. Tuy nhiên, trong nghệ thuật Trà đạo, chúng tôi chỉ lưu ý đến những thói quen gây trở ngại cho việc tu Thiền, dù đó là thói quen có ảnh hưởng xấu tốt thế nào đi chăng nữa.

Những thói quen giúp cho các trà nhân thuận lợi cho việc nhiếp tâm, lắng tâm, tĩnh tâm để hành Thiền, rất nên duy trì. Nếu chưa có những thói quen này, chúng ta cần tập những nề nếp mới, tập nhiều lần, kiên nhẫn để biến nó thành thói quen có lợi, trợ duyên cho công phu tu tập.

Đến với Trà đạo, có nghĩa là chúng ta đang tập sống theo nề nếp lắng lẽ và yên tĩnh, như vậy là chúng ta đã từng bước ly khai dần với sự ồn ào huyên động. Khước từ những thói quen gây chướng đạo và tập lần những hành vi mới, suy nghĩ mới, lời nói mới và ngay cả sự “im lặng mới”, để biến nó thành thói quen có lợi, ít ra nó

cũng giúp cho các trà nhân thoải mái hơn bên chén trà. Sâu xa hơn, nó sẽ giúp cho các trà nhân, đến với Trà đạo, sống được với Đạo nhờ chén trà tĩnh lặng.

Thường thì trong một thời trà, chúng ta thường tự giác tuân theo mọi cung cách, mọi nghi thức và diễn biến trong buổi uống trà với trạng thái tâm mở lòng đón nhận nhiệt thành nhất. Tuy nhiên, chỉ có vậy thôi vẫn chưa đủ, trong sinh hoạt hàng ngày, cần nhất là sự tỉnh giác cao độ để ngăn chặn dứt bỏ những thói quen không có lợi cho những ai muốn thông qua chén trà để tìm kiếm hương vị Thiền. Sự tập trung tinh thần và ý thức tỉnh giác cao độ, giúp chúng ta phát hiện nhanh chóng những sai sót trong suy nghĩ, lời nói và hành vi tạo tác, dù nó ở trạng thái mạnh mẽ hay chớm khởi.

Các vị Thiền Sư, chỉ cần nhìn lướt qua phong thái uống trà của các trà nhân, liền biết ngay công phu của người đó đạt đến mức độ nào. Và không chỉ ở trong trà thất, không chỉ đối với các bậc trà sư kinh nghiệm, mà trong cuộc sống, những rơi rớt thông qua hành vi câu trả lời, lời nói dư thừa hoặc không đúng chỗ, những suy nghĩ sai lệch, những thấy biết nông cạn của mỗi chúng ta cũng khó mà qua mặt được những trà nhân có công phu thuần thực.

## 12. QUẢ CẢM

**T**rong số các môn nghệ thuật được người Nhật chú trọng đến như Kiếm đạo, Võ đạo, Hoa đạo, Trà đạo, Thư đạo... thì Võ đạo, Kiếm đạo được xem là những môn dành cho những người có tính cách mạnh mẽ, lanh lợi, bén nhạy và có lòng quả cảm hơn người. Trong khi đó, môn Hoa đạo được xem là môn nghệ thuật dành cho những người có đầu óc thiên về thẩm mỹ, biết tìm tòi khám phá, trau chuốt cái đẹp. Môn Cung đạo và Thư đạo dành cho những người có nếp sống trung dung, có một đời sống nội tâm tương đối ổn định. Riêng Trà đạo nhiều người cho rằng việc uống trà thích hợp cho những người có tính cách lặng lẽ hơn... Thật ra nhận xét trên chỉ là phần nào dựa vào hình thức cung cách bên ngoài. Nếu xét đến cái cốt lõi bên trong, thì bất kỳ môn nghệ thuật nào đã được các bậc Thiền sư đạo hóa rồi thì nó đều hàm chứa đầy đủ những đức tính cao quý, đều có thể là phương tiện pháp giúp người hành giả nương theo suốt chặng đường tu tập.

Gần đây tôi có đọc một cuốn sách nói về Thiền mang tựa đề "*Thiền và Võ đạo*", người viết sách

cho rằng : “Thiền là một tông phái của Phật Giáo, không định ra những giáo điều, mà chỉ vạch ra một con đường quyết tiến xông thẳng tới, không sợ hãi, không so đo suy tính... Đó là một phương pháp phát triển trực giác, luyện ý chí, tạo dũng khí, biết quên mình, xem thường sự sống chết. Những đức tính này rất phù hợp với người võ sĩ lâm trận : phải phán đoán nhanh theo linh tính và hành động chớp nhoáng theo phản xạ, chỉ cần phân tâm một giây hoặc lưỡng lự trong tích tắc là thất bại ngay...”. Về tương quan giữa Thiền và Võ đạo được người viết nêu ra một loạt những đức tính cao quý và ý kiến cho vấn đề này là Võ đạo rất phù hợp với Thiền.

Qua đoạn văn trên chúng tôi không bàn đúng sai, mà chỉ ghi lại những ý kiến phát biểu về những đức tính của Thiền, hay nói đúng hơn là những hoạt dụng của Thiền và bản sắc của Võ đạo, nhằm muốn nhắc đến một đức tính nổi bật của Võ đạo ảnh hưởng nhiều của Thiền, đó là lòng quả cảm. Ở đây chúng tôi muốn nhắc đến lòng quả cảm của người tu Thiền trước việc lớn sanh tử. Họ không hề chùn bước trước bạo lực, trước nộ khí, trước những bức bách chi phối bởi luật vô thường.

Đừng tưởng rằng, Trà đạo chỉ để dành cho những người có tính cách lặng lẽ, có tâm trạng cầu

an, mà quên đi lòng quả cảm, ý chí kiên cường bất khuất của các trà nhân ở thời xưa lẫn thời nay : Li Nao SuKe (1815 – 1860) là chủ bạ của Đức Xuyên Tướng Quân (Tokugawa Shògun), ông cũng là một trà nhân nổi tiếng ở Nhật. Do thực hiện công việc cải cách cấp tiến tại Nhật mà đã kết duyên oán thù với nhiều người, và ông luôn bị những người thù ghét thường xuyên đe dọa ám sát.

Tuy biết rõ điều này nhưng ông vẫn bình thản. Mỗi ngày trước khi đến dinh tướng quân, ông đều tự tay pha một chén trà rồi nói : *“Chén trà trước chưa từng, chén trà sau cũng không”*. Đó là cung cách hành Thiền của ông với Trà đạo.

Mùa xuân năm 1860, vào một buổi sáng tuyết rơi đầy, trên đường đến dinh tướng quân, ông bị ám sát bởi nhiều viên đạn của những người thù ghét ông. Tuy thân thể bị nhiều thương tích và đau đớn, nhưng ông vẫn bình thản nói : *“Đây là chén trà trước chưa từng, chén trà sau cũng không”*. Sự bình thản trước sống chết với lòng quả cảm cao tột của ông cũng khiến những người ám sát ông nể phục. Qua sự kiện trên, nhiều trà nhân đã đến với Thiền chí thành hơn. Đến nay câu nói “Chén trà trước chưa từng, chén trà sau cũng không”, đối với người tu Thiền ở Nhật, thì đó vẫn mãi là câu thoại đầu sống động, rất quan trọng cho các môn sinh Trà đạo.



Có một câu chuyện khác kể rằng : “Nakata là một kiếm sĩ lừng danh, có đời sống giang hồ rầy đây mai đó. Vốn tài ba và có lòng quả cảm nên ít khi bị khuất phục trước đối thủ. Nghe đồn Soen Nakagawa là một Trà sư nổi tiếng đang sống ẩn dật trong một thảo am phía tây tỉnh Shizuoka, Nakata liền tìm đến xin thụ giáo.

Vừa gặp Trà sư Soen Nakagawa, kiếm sĩ liền hỏi : “Ở đây chỉ dạy điều gì ?”, Trà sư đáp : “Chỉ giúp người bớt ồn ào, sống chừng mực và đề cao tinh thần quả cảm.”. Nakata liền nói : “Tinh thần quả cảm thì tôi có thừa, chỉ xin học sự lặng lẽ của Trà đạo.”, Trà sư liền cười, nói : “Anh đi ngược rồi, cái anh thiếu mới là lòng quả cảm, chứ không phải thứ khác”, Nakata cố cãi : “Tôi tự biết mình, nếu cho rằng tôi thiếu lòng quả cảm, ngài có muốn biết nó không ?”. Trà sư bình thản trả lời : “Thể hiện đi”.

Vút ! Một âm thanh sắc lạnh đến rợn người, đường kiếm đã hót gọn chùm tóc phía sau gáy của trà sư. Vút ! Một đường kiếm bén ngọt nửa xốt qua mang tai, cắt một vạch da ngoài, vài giọt máu rỉ ra rồi đọng lại trên gò má của vị Trà sư. Trà sư vẫn thản nhiên như không có việc gì xảy ra. Sau hai đường kiếm vẫn thấy vị Trà sư bình thản, không né tránh, không suy chuyển tinh thần. Nakata tra kiếm vào bao, cúi chào trà sư rồi bỏ đi.

Nhưng Nakata đã được Trà sư gọi lại, vị danh sư này đã nói với hắn : “Này anh bạn ! Chiến thắng với những cám dỗ của dục vọng mới gọi là lòng quả cảm phi thường. Dám giáp mặt với niệm sanh niệm diệt từng giờ từng khắc mới được gọi là lòng quả cảm chân thật. Ngoài ra chỉ là những dũng khí nhất thời, nếu không có trí tuệ, dũng khí chỉ là nguyên nhân gây oán kết thù, chỉ làm cuộc đời thêm lộn độn”. Nghe xong, Nakata đã vái lạy Trà sư làm sư phụ. Từ đó Nakata chính thức là một trà nhân rất nhiệt thành với Trà đạo”.



### 13. TINH TẾ

Đối với một người uống trà sành điệu, khi nhấp ngụm trà, họ có thể biết được, loại trà đó ngon đến cỡ nào, cũng có người phân biệt được xuất xứ của trà, thứ hạng của trà. Ấy là nhờ vào kinh nghiệm uống trà và sự mẫn cảm của vị giác.

Đối với những trà nhân đã nhiều năm chuyên chú với Trà đạo, thì việc cảm nhận thường đạt đến trình độ cao hơn. Đó chính là sự tinh tế trong cảm nhận của sáu căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý) khi tiếp xúc với sáu trần (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp).

Trong câu chuyện “Gã ăn mày quái dị” (trong tác phẩm “Vang Bóng Một Thời” của nhà văn Nguyễn Tuân) đã kể về một trường hợp thưởng thức trà và cảm nhận trà đến độ tinh tế tuyệt vời : Tại một buổi uống trà, sau khi mọi người vui vẻ chuyện trò, bỗng nhiên có một gã ăn mày đến trước cửa. Gã chìa tay ra và chỉ xin một chén trà. Người trong cuộc thấy vậy cũng pha cho gã một chén. Thấy gã thưởng thức trà với một phong thái sành điệu. Người cho trà cảm thấy vui vui liền hỏi: “Trà có ngon không”. Gã ăn mày tấm tắc khen :

“Trà của mấy bác quả là hảo hạng, nhưng chỉ tiếc rằng trong ấm đun nước có lẫn vài cọng trấu, vì vậy mà vị trà đã tan đi ít nhiều...”. Nghe gã nói vậy, mọi người mới đem ấm nước đun ra xem thử. Nào ngờ đúng như lời gã nói, có một vài cọng trấu còn nằm dưới đáy nồi. Quả là trước đó chủ nhà có đem lúa ra xay, một vài cọng trấu đã bay và rơi vào vôi đun, mà chủ nhà đã không để ý đến khi đun nước.

Cảm nhận hết sức tinh tế khi uống trà như gã ăn mày của Nguyễn Tuân, quả thật khó ai có thể đạt đến trình độ siêu xuất như vậy. Không biết gã ăn mày nọ đã uống cạn bao nhiêu ấm trà, đã mất bao nhiêu năm chiêm nghiệm bên chén trà, mới đạt đến trình độ cảm nhận tinh tường đến thế?

Việc ấy chúng ta chỉ phán đoán chứ không thể đưa ra một ý kiến quyết định như cái cảm nhận về trà hết sức tinh tường của gã ăn mày. Tuy nhiên, theo cách nghĩ của chúng tôi, chỉ khi nào “Trà” và “Người” nhập làm một, “Người” hòa vào “Trà” làm một, mới có thể đạt đến khả năng cảm nhận tinh tường đến thế.

Cái tinh tế trong Trà đạo không đơn thuần là khi uống trà chỉ cảm nhận cái ngon dở của trà, mà còn cảm nhận cái thế giới xung quanh một cách tinh tế nhất. Tôi kể ra đây một câu chuyện, tuy bình thường nhưng nó cũng nói lên cái nét tinh tế

có phần đáng yêu này, đã gợi mở trong tôi nhiều điều về Trà đạo sau này : Tôi có một người bạn rất ghiền trà, anh ta cũng đã từng nhiều năm nghiên cứu và thực hành theo kiểu Trà đạo. Chúng tôi quen nhau vì đều có xu hướng về Thiền.

Hôm đó cả hai chúng tôi cùng đi đến nhà một cô bạn gái mới từ Nhật về, cô bạn này cũng là một trà nhân thường lui tới các trà thất. Hai chúng tôi được chủ nhà mời vào một gian phòng có kiểu bố trí và trưng bày như một trà thất kiểu Nhật rất êm dịu, lịch sự, ấm cúng và trang nhã. Cả ba chúng tôi cùng trò chuyện vui vẻ về một loại trà có tên là Ô Long mà sắp được thưởng thức.

Trong khi chờ ấm nước được đun sôi, bỗng đứng anh bạn tôi ra dấu cho chủ nhà, rồi cùng bước ra khỏi bàn trà, họ to nhỏ điều gì đó. Vì tưởng là chuyện riêng đột xuất của hai người nên tôi chỉ ngồi im mà nhìn, tôi thấy cô ta mỉm cười rồi chỉ tay về hướng sau nhà. Sau khi hỏi chuyện riêng với cô gái chủ nhà xong, anh ta quay lại bàn trà, rồi hướng về phía tôi nói : “Cậu hãy đi xuống nhà dưới, rồi quẹo phải”. Tôi hỏi lại : “Để làm gì?”, Anh bạn tôi cười và nói : “Đừng giả bộ nữa, bí tiểu lâu sẽ không có lợi cho thận. Đi tiểu xong, tâm an ổn, mới thưởng thức trà được”. Nghe anh ta nói vậy tôi như mở cờ trong bụng, liền đứng dậy và ra sau nhà đi tiểu. Khi trở lên, chờ tôi ngồi vào bàn trà đang hoàng xong, anh ta

mới giải thích : “Thoát nhìn mình thấy tâm trí cậu đang có điều gì không ổn. Nhìn kỹ mới hay cậu bí tiểu”.

Về sau, tôi hỏi anh ta : “Anh nhìn thế nào mà biết tôi bất an, còn biết rõ là tôi đang bí tiểu nữa”. Khi đó anh bạn tôi mới giải mã : “Tuy đang nói chuyện vui về về trà Ô Long, mà ở khóe mắt cậu hiện lên sự đau khổ và đè nén một điều gì đó. Nhất là khi cậu nhìn xuống bàn trà, từ cặp mắt cậu hiện lên rõ hơn một sự đau đớn, một chút nhẫn nại chịu đựng, đồng tử lại đảo quanh có vẻ không yên, nhưng trong tâm thức đang tìm kiếm một chỗ nào đó... rất gần bàn trà thôi. Vầng trán lại hiện lên sự căng thẳng... Nói chung là cậu rất bí tiểu mà không dám hỏi chủ nhà.”

Những giải thích tương đối cặn kẽ của người bạn trà này, đối với người khác có lẽ là một sự đoán mò, nhưng đối với người trong cuộc như tôi thì anh ta quả là “thần thánh”, bởi vì những gì anh nói ra đối với tôi đều chính xác đến độ như chính anh ta là người bí tiểu.

Dầu sao, hôm ấy tôi cũng được thưởng thức một loại trà ngon rất nổi tiếng, được học hỏi kinh nghiệm về Trà đạo với một tám hồn nhẹ nhõm, an lạc. Nhất là được các bạn trà rỉ rả cho tôi nghe về cái Đạo ở trong Trà đạo, và về cái tinh tế ở trong nghệ thuật uống trà.

## 14. TÌNH GIÁC

Anh bạn tôi có thói quen uống trà một mình vào mỗi buổi sáng sau giờ thể dục, và mỗi buổi chiều sau giờ làm việc. Anh thường ngồi trầm ngâm rất lâu bên chén trà. Cung cách và chỗ để uống trà của anh, tuy không cầu kỳ như kiểu Trà đạo Nhật Bản mà sách vở hay nhắc đến, nhưng tính cẩn thận chu đáo cũng dễ khiến người ngoài chú ý.

Lần nọ chúng tôi cùng đi ăn cơm với nhau tại một quán cơm chay. Tôi nhận thấy từ động tác cầm đũa, bới cơm, gắp thức ăn, rồi và cơm vào miệng đều diễn ra một cách nhẹ nhàng, thông thả. Đôi khi tôi thấy anh ta hơi quá cẩn trọng với những hành vi cử chỉ của mình. Dù vậy tôi vẫn thấy ở anh luôn toát lên sự bình yên, chứ không phải sự gượng ép.

Bên chén trà sau bữa cơm, tôi kể cho anh ta nghe một vài việc làm mới đây của tôi, mà tôi tự cho là mình thiếu trí. Nội dung câu chuyện tôi kể hôm đó như sau : “Số là con tôi thêm ăn ốc bươu, nhưng vì vợ tôi cũng giữ giới không sát sanh, nên ngại mua ốc về luộc, nên cứ hứa sông với con cho

qua chuyện. Thấy cháu nhỏ con tôi thèm ăn ốc, bác hàng xóm đã mang sang cho vợ tôi một rổ ốc mà bác vừa mới bắt được ở ngoài ruộng sau nhà. Lúc đó tôi đi làm vừa về đến, trông thấy rổ ốc và được biết là của bác hàng xóm mới cho. Tôi liền bảo vợ tôi mang sang trả lại. Khi vợ tôi mang ốc sang trả xong và mang rổ không về. Đến lúc đó tôi mới nghĩ ra, tại sao khi ấy mình không mang ốc ra ruộng thả xuống, vừa đỡ mất lòng bác hàng xóm tốt bụng, vừa được dịp phóng sinh...”. Kể xong, tôi nói với anh bạn tôi rằng mình quả là thiếu trí.

Nghe câu chuyện một cách chăm chú, anh bạn tôi mới bảo rằng : “Không phải bạn thiếu trí mà bạn chỉ sống theo thói quen, chẳng mấy khi sống trong tỉnh giác”. Nói rồi anh giải thích thêm: “Người có lòng từ bi và người có thói quen làm việc thiện, trên việc làm đôi khi giống nhau, nhưng nơi xuất phát lại khác nhau. Người có tâm luôn tỉnh giác thì lúc nào cũng minh mẫn, lòng thương người yêu vật lúc nào cũng hiện diện nơi tâm, còn người không tỉnh giác chỉ hành động theo thói quen”.

Sau buổi nói chuyện hôm ấy, tôi càng quý trọng anh bạn có thói quen “độc ẩm” của mình, và càng thấy ý nghĩa lớn lao của đức tính “Tỉnh giác” trong nghệ thuật Trà đạo.

Nhân nói về ý nghĩa của sự Tỉnh giác trong Trà đạo, chúng tôi xin nêu ra đây một câu chuyện nói về “Tỉnh giác trong nhà Thiền” rất có ý



nghĩa, có thể làm kim chỉ nam cho người tu Thiền. Câu chuyện như sau:

Có một vị Tăng đến tham vấn Ngài Triệu Châu. Vị Tăng này hỏi: “Trong mười hai giờ, con phải dụng tâm như thế nào?”, Ngài Triệu Châu đáp: “Ông bị sai khiến bởi mười hai giờ, Còn ta sai khiến được mười hai giờ”. Thấy vị Tăng còn tần ngần đứng đó, Ngài Triệu Châu nói tiếp: “Nếu ông có việc thì cùng ta thương lượng, nếu không có việc thì hãy ra nhà sau ngồi tĩnh tâm quán xét”.

Thiền Sư Triệu Châu thường thẳng đường dạy chúng: “Lão Tăng ngày trước đi hành cước, trừ hai thời cơm cháo là tập dụng tâm, ngoài hai thời ấy ra đều chẳng để phí thời gian chẳng ngừng dụng tâm khác. Nếu không thể chuyên nhất, thì làm sao tỏ được bản tâm mình”.

Qua đó chúng ta có thể thấy rằng, tĩnh giác là mạch sống của Đạo, là đỉnh cao nghệ thuật của Trà đạo, là cái nền cho công phu tu tập bất cứ ở pháp môn nào. Tất cả những thủ tục, cung cách, lễ nghi trong Trà đạo đều là phương tiện giúp cho các trà nhân đạt được sự vắng lặng của tâm thức, tiến sâu hơn nữa mới đạt được công phu tĩnh giác. Tập trung tĩnh giác, dài lâu và kiên trì, các trà nhân mới có thể nhấm được “hương vị” Thiền của chén trà Triệu Châu.

## 15. CHÁNH NHÂN

Nghệ thuật uống trà cũng là trong những nghệ thuật thể hiện phong cách thưởng thức những cái đẹp, những cái đáng yêu trong cuộc sống.

Trà đạo trước hết là một môn nghệ thuật hàm chứa những tự sự sâu kín nhất của con người. Kể đến nó là phương tiện pháp giúp con người lặng lẽ thăng hoa. Nhờ vào môi trường và phong cách lắng tâm, tĩnh tâm, định tâm để tiến sâu hơn vào công phu Thiền quán.

Người Việt Nam cũng thường uống trà, nhưng đối với Trà đạo thì chỉ tìm hiểu trên sách vở. Người Nhật xem trà không chỉ là thức uống, mà trong khi uống trà họ có dụng tâm rất cụ thể : Có người đến với Trà đạo để chỉnh tâm, sửa tâm. Có người nương theo Trà đạo để trợ duyên cho các thời công phu Thiền định. Cũng có người mượn cảnh uống trà để tham thoại đầu, tham công án.

Thiết nghĩ, khi đã đến với Trà đạo, dù với ý tưởng gì, mục đích gì, cũng đều là những tâm hồn hướng nội, có đạo tâm sâu xa cả. Đó là những con

người thật sự biết nâng niu sự sống hôm nay và quý trọng sự sống mai sau. Chúng tôi tin rằng, đó là điều đáng quý nhất trong cuộc đời quá đau khổ và ngắn ngủi này.

Do đó chúng ta nên cùng nhau hướng những ý tưởng, mục đích tốt đẹp đó đến chân trời cao xa hơn, bay bổng hơn.

Không riêng gì Trà đạo, mà những môn khác như Võ đạo, Kiếm đạo, Cung đạo, Thư đạo, Hoa Đạo... cũng đều xuất phát từ chốn Thiền môn, đều được các vị Thiền sư thổi vào đó luồng sinh khí của Đạo. Để rồi nó nghiêm nhiên trở thành phương tiện pháp mang ý nghĩa siêu thoát và đem lại lợi ích thiết thực cho việc tu Thiền.

Tuy nhiên, giải thoát hay giác ngộ chưa hẳn hoàn toàn tùy thuộc ở nơi pháp môn, mà là đích nhắm đến của tâm người. Nói rõ hơn đó là ở hạt giống gieo trồng. Phương tiện pháp chỉ là thứ yếu, còn chánh nhân mới là chính yếu.

Nếu bình tĩnh mà ngẫm lại, cách đây trên 2500 năm, Đức Phật Thích Ca đã chỉ ra tám muôn bốn ngàn pháp môn để giúp con người cách giải quyết những khổ đau và bế tắc. Và đã có không biết bao nhiêu phương tiện pháp từ các Thiền phái như Lâm Tế, Qui Ngưỡng, Tào Động... và các tông phái như Tịnh Độ, Mật Tông, Chỉ Quán, Tri Vọng, Thoại Đầu, Công Án... Và sau này tại Nhật Bản lại

có thêm các môn nghệ thuật được đạo hóa như Trà đạo, Thư đạo, Cung - Kiếm - Võ đạo... Thế nhưng chúng ta vẫn mãi đau khổ lặn dận, loay hoay chạy quanh miệng chén trà với những vui buồn sướng khổ rất đời thường. Trong khi đó, trong vô số những người nương theo pháp Phật, phương tiện của các Thiền Sư, cũng đã có không ít người “Liễu sanh thoát tử”.

Như vậy không thể nói là pháp của Phật và phương tiện của các Thiền Sư là không hiệu nghiệm, mà phải nói là qua nhiều thời đại, qua nhiều kiếp sống, chúng ta đã chưa một lần gieo đúng “Chánh Nhân” !

Chánh nhân ấy là cái tâm tha thiết giải quyết tận cùng những ràng buộc, chi phối, hệ lụy, bức bách của niệm sanh niệm diệt, mà người xưa gọi nôm na là “*Sanh Tử Sự Đại*” (Sanh tử việc lớn).

Giáo lý nhà Phật cho rằng : “Chúng sanh sáu đường lên xuống qua lại không ngừng nghỉ”. Vậy, nguyên do nào khiến chúng ta lặn dận từ đời này sang đời khác. Phải chăng chúng ta chưa từng phát khởi một niệm tha thiết với “việc lớn sanh tử”, để dẫn thân trọn vẹn vào chỗ không sanh không diệt.

Đến với Trà đạo chúng ta rất cần đến chánh nhân, để tinh thần của Trà đạo ảnh hưởng đến mai sau.

## 16. THIỀN VÀ TRÀ ĐẠO

Người thời nay đã có quá nhiều khái niệm về Thiền cũng như về Đạo, một cách ồn ào, được tô vẽ bởi những ngôn từ rất Đạo. Nhưng hầu như ít ai tin rằng Đạo vốn chẳng đâu xa !

Đạo chẳng khó tìm, vì đạo không ở đâu xa, nó luôn hiện hữu trên những nỗi niềm buồn vui sướng khổ của con người, rời những vui buồn sướng khổ ấy, ắt khó mà thấy Đạo.

Nhưng Đạo không phải dễ thấy, vì Đạo ở ngay “đó”, nhưng “đó” không phải là Đạo. Đạo chính là Ta, vì chỉ có Ta mới cảm nhận trọn vẹn những vui buồn sướng khổ của phận người. Chỉ có Ta mới biết vui, biết buồn, ngoài Ta ra, không thể “có ai đó” thay Ta vui buồn sướng khổ. Nhưng nếu nhận cái Ta đó là Đạo, nhận niềm vui nỗi buồn đó là Đạo, điều này không khác gì “nhận giặc làm con”.

Ở Nhật, các môn Kiếm đạo, Thư đạo, Trà đạo... đều do các vị Thiền sư khai sáng, nên cái Đạo ở các môn nghệ thuật này là Thiền Đạo. Và người Nhật đến với các môn nghệ thuật đó là để khám

phá chính mình thông qua phương tiện mà họ có duyên với nó.

Cái nhìn của các bậc Thiền Sư là cái nhìn “không hai”, nhưng cái nhìn của các môn sinh Trà đạo là cái nhìn “có hai” : Đó là có người uống trà và có trà để uống. Cứu cánh của Thiền hay mục đích của Trà đạo là đẩy môn sinh đến cảnh giới “không hai”, để vượt thoát khỏi vòng đối đãi, giữa tâm và cảnh, giữa người uống trà với chén trà trước mặt.

Để diễn tả sự hòa nhập của tâm vào pháp giới, Thiền Sư Hư Đường Trí Ngu (1185 - 1269) đã có hai câu thơ :

*Cốc thủy nguyệt tại thủ*

*Lộng hoa hương mãn y*

Nghĩa :

Vốc nước, trăng trong tay

Chơi hoa, thơm cả áo

(**Hạnh Viên** dịch)

Ngụ ý hai câu thơ này diễn tả trạng thái tâm linh hòa nhập vào thế giới thông qua hình ảnh vốc nước dưới đèn trăng, khi vốc nước thì trăng theo nước vào tay, nhưng trăng vẫn ở trên trời, và hình ảnh người chơi hoa, hương thơm của hoa đã nồng thấm tâm người, ướp xông cả y phục, nhưng hoa lúc nào cũng bằng bạc tỏa hương thơm bay khắp

đất trời. Và khi đó, tâm và trăng cũng như tâm và hương nhập vào làm một.

Tương tự “*Cốc Thủy nguyệt tại thủ - Lộng Hoa hương mãn y*”, cảnh giới thưởng trà của Thiền sư Bashô (Ba Tiêu) cũng tuyệt diệu, khi trà với người nhập vào một, người với trà tan lẫn vào nhau. Thiền sư Ba Tiêu đã có một bài thơ tâm đắc nội dung đại khái như sau :

*Bàn chi trà với đạo*

*Khát nước ? Uống trà đi !*

*Tìm đạo trong chén trà*

*Đầu bạc, chẳng thấy chi*

(*Nguyên Châu phỏng dịch*)

Bắt đầu từ người chưa có một mảy may kiến thức về Trà đạo, đến khi thú vị với môn này, rồi tập làm quen theo các thủ tục lễ nghi, điều chỉnh tâm ý và nhờ vào một loạt những đức tính như : Nhân nại, tĩnh lặng, kiên định, buông xả kiến chấp và tỉnh giác cao độ để tiến sâu hơn, nhìn rõ hơn các trạng thái phức tạp của tâm thức đều là sự biến hiện huyền hóa, sanh diệt không cùng.

Đến khi sóng yên gió lặng, tay cầm bình chuyên thông thả châm trà vào chén, dòng nước trà xanh sóng sánh tuôn chảy mà tâm thì bất động, tay nâng chén trà khẽ môi nhấp từng ngụm mà không mảy may dời đổi tư hào. Vị trà, hương

trà tan dần, tan dần, mà bóng dáng tình trần vẫn bật vô âm tín. Trà nhập vào người, Người tan trong trà, Trà người là một. Khi ấy mới hay chén trà của ngài Triệu Châu cứu được muôn người mà không phải dụng đến một chút sức công phu.

Đỉnh cao của nghệ thuật chính là sự hòa nhập một cách trọn vẹn giữa tâm và cảnh. Cũng chính do vậy mà Trà đạo có sức sống và đã tồn tại trên mấy thế kỷ qua.





**PHẦN HAI**

**VĂN HÓA TRÀ ĐẠO  
NHẬT BẢN**

## 1. TRÀ TRONG ĐỜI SỐNG CỦA NGƯỜI DÂN NHẬT BẢN

Số với nhiều nước Á Đông, Nhật Bản được xem là một trong những nước tiêu thụ sản lượng trà lớn nhất trong khu vực. Người Nhật uống rất nhiều trà vào nhiều buổi trong một ngày. Họ có thói quen dùng một chén trà vào mỗi buổi sáng sau khi thức dậy cho tỉnh ngủ, một chén trà trước khi bắt tay vào công việc, vài ba chén trà vào buổi chiều, và ít nhất là một chén trà sau mỗi bữa ăn. Ngoài ra trong đời sống hằng ngày của người Nhật, việc dùng trà cũng đã trở thành tập tục trong giao tiếp đối đãi nhau. Trong tiếng Nhật, trà được phiên âm là “Cha”. Trà xanh gọi là “Ocha”, và trà đỏ gọi là “Kocha”.

Ở Nhật có rất nhiều loại trà xanh, nó được trồng tập trung tại những khu vực có khí hậu ẩm, trong đó trà của tỉnh Shizuoka chiếm đến một nửa tổng sản lượng trà của toàn nước Nhật. Ngoài ra, ở Nhật cũng còn một vài khu vực sản xuất trà, tuy quy mô không bằng tỉnh Shizuoka, nhưng cũng được xem là có bề thế, chẳng hạn khu trà nằm ở Kyushu.

Tùy cách trồng, loại cây trà, và phương pháp chế biến, mà người Nhật đã chia ra nhiều loại trà có đặc tính đặc dụng tương đối khác nhau. Loại trà thông dụng nhất gọi là Sencha, chiếm đến 80% tổng sản lượng trà lá sản xuất tại Nhật.

Về công việc chế biến trà của người Nhật, tuy đơn giản hơn Trung Hoa, nhưng cũng rất khoa học. Họ đã dùng hơi để khử trùng lá trà, đồng thời cũng là để lá trà không bị sẫm màu. Lá trà sau khi được khử trùng, cuộn lại để hút nước và các enzym bên trong. Sau khi giải phóng dịch, lá trà được sấy khô bằng khí ẩm, nó sẽ teo nhỏ lại như đầu bút bi và có màu xanh thẫm.

Trong các loại trà lá, thì trà Gyokuro là loại trà cao cấp nhất, nó được chế biến từ những búp trà mềm, được chọn lọc rất kỹ lưỡng. Cách chế biến trà Gyokuro cũng giống như cách chế biến trà Sencha. Riêng trà Bancha cũng là loại trà lá, nhưng ở đẳng cấp thấp hơn, bởi nó được làm ra, từ những lá trà đã bị loại, không dùng được trong việc chế biến trà Gyokuro và trà Sencha, đặc điểm của trà Bancha là nước có màu nâu vàng.

Tuy nhiên, ngoài loại trà lá thượng hạng Gyokuro ra, thì hai loại trà Sencha (trung) và Bancha (thứ), nếu đem sấy kỹ cho tới mức lá của nó có màu nâu thì coi là trà Hojicha. Nước của loại trà này vẫn có màu nâu sẫm đỏ, trông cũng rất đẹp.

Tóm lại, trà thành phẩm dùng để làm thức uống phổ biến tại Nhật, cơ bản cũng chỉ có ba loại. Đó là trà lá Gyokuro được xem là trà lá cao cấp, kế đến là trà Sencha (trung cấp) và cuối cùng là trà Bancha (thứ cấp).

Bên cạnh đó, người Nhật còn chế biến ra một loại trà bột có tên là Matcha chủ yếu chỉ để dùng trong TRÀ ĐẠO. Cách chế biến trà bột Matcha cũng giống như cách chế biến trà cao cấp Gyokuro, nguyên liệu để chế trà bột Matcha phải là những lá trà xanh tươi được chọn lựa kỹ càng, được hấp bằng hơi rồi sấy khô, sau đó được hong gió, rồi nghiền thành bột.

Khi uống trà Matcha, người ta cho bột trà sẵn trong ly, đổ nước vào xoong, dùng một dụng cụ bằng tre khuấy bột lên cho đều.

Để có một tách trà ngon, nhất là đối với người sành điệu trong việc thưởng thức trà Nhật, người ta ít khi dùng loại nước có nhiều thành phần khoáng chất như muối, sắt, canxi... để pha trà. Người sành điệu uống trà tại Nhật thường dùng loại nước “mềm”, tức là loại nước được lấy từ những dòng suối trong vắt từ nơi khe núi chảy ra. Trà có chất lượng càng cao thì khi pha trà, họ thường dùng nước có độ nóng ít hơn và thời gian hâm trà lâu hơn. Với loại trà ngon nhất là trà Gyokuro, nước sôi phải để cho nguội bớt, chỉ còn

khoảng 60°C, và hâm trà trong nhiệt độ này vài ba phút. Khi uống trà Kocha (tức loại trà đỏ), người Nhật cũng ít khi uống riêng nó, mà họ thường pha thêm các chất như đường, sữa, chanh, rượu brandy... tạo thành một loại trà hỗn hợp có đặc vị riêng.

Ngược lại, đối với loại trà Ocha, tức trà xanh, người Nhật chỉ uống riêng mà không dùng với bất kỳ thức uống kèm nào khác. Đó là để giữ cho hương vị thơm ngon của trà được thuần khiết, cũng như bảo đảm màu xanh hấp dẫn của trà.

Nhật Bản là người có cách uống trà cầu kỳ nhất Á Đông, thậm chí cả thế giới. Tuy nhiên, người Trung Quốc, người Anh, kể cả người Việt Nam thời xưa cũng có những kiểu cách pha trà độc đáo và đều có truyền thống uống trà lâu đời. Song, xét lại dường như cũng chỉ có ở Nhật Bản, cách uống trà mới được nâng lên thành TRÀ ĐẠO. Tại Nhật Trà đạo đã đi vào đời sống tinh thần của mỗi người dân, gắn bó hòa quyện với nhiều truyền thống văn hóa tốt đẹp khác.

Lại nói về cách thức pha chế trà, do khoa học kỹ thuật ngày càng tiến bộ nên cách thức pha trà và uống trà của thời xưa gần như khác hẳn thời nay. Dù vậy trà vẫn luôn là thức uống giải khát quan trọng của con người, nó không thể thiếu ở bất kỳ đâu, thời đại nào.

Ngày nay, người Nhật cũng đã có thêm nhiều cách pha trà như Đại Bao Trà (đó là loại trà được bọc trong túi giấy như trà Lipton), Tốc Dục Trà (trà pha nhanh, chỉ cần bỏ trà vào nước sôi là uống được ngay), Băng Trà (trà lạnh), Hương Liệu Trà (trà ướp tẩm hương), Trung Dục Trà (trà trộn thuốc Bắc)... Tuy nhiên các loại trà kể trên cũng chỉ là loại trà thường tình dùng để đáp ứng nhu cầu ẩm thực, chứ không đặc biệt như TRÀ ĐẠO. Với người Nhật, TRÀ ĐẠO mới là loại trà quan trọng, nó không chỉ ảnh hưởng đến đời sống tinh thần của người Nhật mà còn ảnh hưởng đến bất kỳ người nước ngoài nào đang sống, làm việc trên đất Nhật.



## 2. TRÀ ĐƯỢC SỬ DỤNG VỚI NHIỀU MỤC ĐÍCH KHÁC TẠI NHẬT

Đối với nhiều nước trên thế giới, thì trà được xem là món nước giải khát phổ biến, và hầu như mục đích duy nhất cũng chỉ là vậy. Tuy nhiên ở Nhật Bản, ngoài việc dùng trà để giải khát, chúng ta cũng cần nói đến một số cách dùng trà, không phải để uống, mà là để ăn, để trang điểm, được xem là khá phổ biến tại Nhật hiện nay.

Hiện nay, người Nhật đang dùng trà với một phong thái mới lạ. Thay vì uống trà (ấm trà) thì họ lại thêm kiểu ăn trà (ngật trà). Người Nhật đã dùng những mảnh chè vụn của Ô Long trà, Hồng trà hay Lục trà, rồi trộn chung với những loại đồ ăn khác để sáng tạo nên một trường phái ẩm thực mới, được gọi là “thực phổ”. Chẳng hạn những món ăn có tên như : Trà diệp quả diệp, Trà diệp thang diệp, Trà đường, Trà cao..., thực ra đây là những loại bánh bông lan được trộn nhuyễn với bột trà.

Tại thủ đô Tokyo, có một nhà hàng ăn uống nổi tiếng, đã chế ra một loại trà lừng danh có tên

là Săm Trà Mạt, trong thức ăn này là một hỗn hợp gồm trà và nhiều loại rau cỏ. Theo thống kê của ngành ẩm thực Nhật Bản thì hiện nay tại Nhật có trên 80% khách hàng là phái nữ đều ưa thích món trà Mạt Tuyết Cao (tức một loại bánh bông lan trộn với trà Ô long). Ngoài ra, tại Nhật còn có những loại thức ăn trà được pha chế bằng vụn trà trộn với trứng gà và đường, hoặc với đồ hải sản. Kể từ năm 1953, các món ăn được chế biến từ trà vụn trộn với thực phẩm được người Nhật chú ý, sau khi dùng thử, nhiều người dù chưa quen món này cũng trở nên khoái khẩu. Về sau, người ta đã gia giảm lượng bột trà nhiều ít trong từng món ăn để đáp ứng nhu cầu ẩm thực khá mới mẻ này.

Ngoài việc ngật trà (ăn trà), người Nhật còn dùng trà làm dược phẩm và mỹ phẩm. Người Nhật đã xem trà Ô long như một loại dược phẩm để tăng cường sức lực và làm đẹp dung nhan. Nói về đặc tính này, thì trong 14 điểm chủ yếu ghi lại lợi ích của việc uống trà, dùng trà, ở điểm thứ 9 (trong sách *"Trà tiêu trị bách bệnh"*) có nhắc đến việc uống trà Ô long có khả năng làm giảm phì mập, khiến cho thân hình thon thả, và làn da mặt trở nên xinh tươi trở lại. Qua đó chúng ta cũng cần tìm hiểu xem trà Ô long vì sao có được những đặc tính công dụng như vậy? Theo sách *"Trà tiêu trị bách bệnh"* (NXB KHKT Văn Hiến Thượng Hải)



của hai tác giả Tổng Sách Hoạch và Lý Bính Khôn, có ghi rõ rằng : “...Trà Ô long có công năng bài tiết chất độc trong cơ thể qua đường nước tiểu, vì trong trà có rất ít chất cafeine nên già trẻ trai gái đều có thể dùng được, cũng trong sách này ghi rằng : “Ô long trà và Hồng trà đều có khả năng ngăn ngừa quá trình hình thành chất Nitroso (một loại chất gây ung thư) trong cơ thể con người...”. Điều này chứng tỏ khả năng ngăn ngừa được bệnh ung thư của trà Ô long và một số loại trà khác, đã được người Nhật quan tâm và đưa nó vào danh mục món ẩm thực hàng ngày, nhằm mục đích bảo vệ, tăng cường sức khỏe và làm đẹp làn da.



### 3. LỊCH SỬ TRÀ ĐẠO NHẬT BẢN

Từ Trung Hoa, trà du nhập vào nhiều nước, trong đó có Nhật Bản, nhưng TRÀ ĐẠO xuất hiện tại Nhật Bản là từ nhu cầu tâm linh của người dân nước này.

Trước hết chúng ta cần điểm qua vài nét về lịch sử cây trà tại Nhật. Việc cây trà có mặt tại Nhật cũng có nhiều giả thuyết khác nhau.

Có giả thuyết cho rằng, vào thời Nara (710 - 7940, đó là thời kỳ được xem là có đặc điểm nổi bật nhất về củng cố chính trị và phát triển văn hoá truyền thống tại Nhật. Vào thời kỳ này, hệ thống tập quyền Ritsuryo có chủ trương hành sử theo chủ trương cai trị của chính quyền Trung Quốc đương thời. Do đó, nước Nhật đã tích cực du nhập những yếu tố văn hóa, kỹ thuật, học thuật.. của Trung Hoa. Thời kỳ này Phật giáo Nhật Bản cũng được chính quyền chính thức công nhận là “Quốc giáo”, các đền chùa được xây dựng nhiều nơi, rải rác trên toàn lãnh thổ Nhật Bản nhằm làm chỗ dựa tinh thần và đạo đức vững chắc cho quyền lực của Nhà nước trung ương.

Vào thời kỳ Nara, người dân Nhật đã chứng kiến sự phát triển của những hình thức nghệ thuật cao đẹp, gọi là “Văn hóa Tempyo”, tập hợp những niên sử đầu tiên của Nhật và tuyển tập thơ vĩ đại đầu tiên của Nhật Bản, là tập Vạn Diệp (Man'yoshu) đã hình thành vào thời kỳ này.

Trong bối cảnh chính trị ổn định, văn hóa Phật giáo và văn hóa xã hội không ngừng phát triển như vậy, có rất nhiều nhà sư Nhật Bản đã sang Trung Quốc tìm sư học đạo. Mỗi khi về nước, chính những vị sư này đều mang theo những hạt giống trà về Nhật để gieo trồng. Nhiều ý kiến cho rằng, trong một thời kỳ đất nước Nhật Phật giáo hưng thịnh như vậy, văn hóa xã hội phát triển như vậy, các hạt giống trà lại được tận tay các vị sư sãi mang về đem trồng... Tất nhiên nó sẽ được lớn mạnh, nhanh chóng. Từ đó nhiều người cho rằng, ngành trà phát triển trong thời kỳ này là đáng tin cậy.

Nhưng cũng có giả thuyết cho rằng, cây trà được đem từ Trung Hoa vào Nhật vào thế kỷ thứ IX. Còn trong tác phẩm “*Trà tửu trị bách bệnh*” của hai tác giả : Tổng Sách Hoạch và Lý Bính Khôn thì lại cho rằng : “Theo lịch sử Nhật Bản, thì vào đời nhà Tùy, Đường, đã từng có một vị Cao Tăng người Nhật đã xây dựng một ngôi chùa mà trong đó có trồng một số cây trà, điều này nói lên rằng nền văn hóa trà đã du nhập vào đất

Nhật vào thời kỳ này". Còn theo cuốn *"Nhật Bản những điều cần biết"*, do Đài Phát Thanh Nhật Bản - NHK World phát hành năm 1999, thì ghi rằng : "Sự khởi đầu của ngành sản xuất trà Nhật Bản là vào năm 1191, khi nhà sư Eisai gieo trong vườn chùa những hạt giống trà mà ông đã mang về từ Trung Quốc. Rồi sư Eisai đã khuyến khích nông dân, Phật tử tại nhiều vùng khác trồng trà, song song với việc phát động trồng trà, sư Eisai đã tuyên truyền quảng bá những lợi ích về mặt y học của việc trồng trà". Cũng theo sách này thì ở Nhật Bản vào thời đó, cũng đã có cây trà hoang mọc rải rác nhiều nơi nhưng chất lượng kém nên người Nhật không dùng đến, còn trà từ những hạt giống do nhà sư Eisai mang về được người Nhật gọi là "Trà chính gốc".

Theo sách *"Những điều cần biết về Nhật Bản"* do NHK World phát hành thì trong vòng năm trăm năm kể từ khi sư Eisai mang giống trà Trung Quốc cấy trồng, trà chỉ thường sử dụng dưới dạng bột, tức là trà Matcha, một loại trà chủ yếu chỉ dùng trong Trà đạo tại Nhật. Từ sự kiện này có thể nói TRÀ ĐẠO đã manh nha tại Nhật Bản vào những năm của thế kỷ XII (vào năm 1191). Nói đến việc dùng trà lá thì mãi đến thế kỷ XVI, người Nhật mới chế biến ra trà Sencha.

Trà đạo tại Nhật từ lúc manh nha thai nghén đến hoàn thiện các thủ tục và phổ biến rộng rãi

phải mất gần 4 thế kỷ. Vào cuối thế kỷ XVI, Trà đạo đã được trà sư Sen No Rikyu hoàn thiện. Chính trà sư Sen No Rikyu là người đầu tiên làm một cuộc cải cách về phương tiện uống trà, các trà cụ quý hiếm đắt tiền đã được ông bỏ đi và thay vào đó là những ấm, bình, nôi, chén bình dân, để bất cứ người dân nào ở Nhật cũng có thể đến với Trà đạo được cả.

Trong lịch sử văn hóa trà Nhật Bản, thì trước thời Edo, tức thời Azuchi Momozama (1568 - 1603), chỉ có tầng lớp quý tộc mới có trà và giới này thường hay uống trà lá. Đến đầu thế kỷ XVII, người Nhật mới uống các loại trà bột, trà lá. Tuy nhiên phải đến thế kỷ XIX, tức cuối thời kỳ Edo (1603 - 1868) trở đi văn hóa trà Nhật Bản mới thật sự phát triển rộng khắp, việc uống trà mới được phổ biến rộng rãi trong mọi tầng lớp nhân dân. Vào thời kỳ này các tiệm trà tranh nhau mọc lên, nhất là đầu mùa thu hoạch trà, các cửa tiệm đã biết trưng biển quảng cáo “Có trà mới” nhằm thu hút khách hàng.

Tại Nhật, trà được hái vào đầu tháng 5, được gọi là Ichibancha (nghĩa là “trà nhất”), loại trà hái vào cuối tháng 6, gọi là Nibancha (nghĩa là “trà nhì”), nếu trà được hái cuối mùa vào cuối tháng 7, gọi là Sanbancha (nghĩa là “trà ba”). Theo chuyên môn về trà tại Nhật thì, càng vào đầu mùa, thành

phần trà có nhiều Axit amin nên có vị thanh. Khi trà về cuối vụ, nó chứa nhiều tanin nên có vị chát. Thật ra trà nào có hương vị thơm ngon thì hấp dẫn người thưởng thức trà nhiều hơn.

Trong lịch sử Trà Đạo Nhật Bản, người ta thường nhắc đến Sen No Rikyu và So Ami, đó là 2 bậc khai sáng ra Trà Đạo Nhật Bản vào thế kỷ XVI. Đến thế kỷ XVII, thì người nối tiếp công việc và chấn hưng “tinh thần” Trà Đạo mạnh mẽ nhất, được người Nhật biết đến nhiều nhất, phải kể đến trà sư Phu-ru- ta Ô-ri-bê. Ông là bậc thầy Trà đạo vào thế kỷ này, đã đem sự tinh tế của Trà đạo hòa nhập vào mạch sống của quần chúng. Sự tinh tế và tính quần chúng trong Trà đạo vào thời kỳ này đã ảnh hưởng rất nhiều đến đời sống văn hóa, tinh thần, và đời sống tâm linh sâu sắc của người Nhật.



**PHỤ LỤC:**

# **Những lợi ích của việc uống trà**

Uống trà rất có lợi ích, chúng tôi xin nêu ra đây 14 lợi ích của việc uống trà, được trích từ sách *“Trà Tuổi Trẻ Bách Bệnh”* (của hai tác giả người Trung Quốc, ông Tổng Sách Hoạch và ông Lý Bính Khôn), bản dịch của P. Kim Long (NXB Đồng Nai- 1999) để các bạn cùng tham khảo :

1. Trà làm hưng phấn tinh thần, thông minh lanh lợi và tăng trí nhớ.

2. Trà có thể làm hết mệt mỏi thể xác, tăng cường chức năng (métabolism tức sự trao đổi chất, ví dụ như sự thay đổi hồng huyết cầu chủ yếu bằng các hồng cầu mới và mạnh, thay tế bào v.v..) ; duy trì công năng bình thường của hệ thống tim mạch và huyết quản, hệ thống tiêu hóa...

3. Trà có tác dụng quan trọng trong việc đề phòng bệnh sâu răng. Theo báo cáo y khoa của nước Anh thì 60% trẻ em thường xuyên uống trà đều không bị sâu răng.

4. Trà có nhiều vi lượng nguyên tố bổ dưỡng cho cơ thể.

5. Trà có tác dụng ức chế u bướu (thùng lựu) ác tính, do đó, uống trà thường xuyên có thể ngăn ngừa được bệnh ung thư tế bào (nham tế bào).



**6.** Uống trà có thể ngăn ngừa được tình trạng suy thoái của tế bào, làm tăng sức khỏe và sống lâu. Trong trà có chất chống lão hóa, đó là hơn 18 sinh tố, chẳng hạn như sinh tố E.

**7.** Uống trà có thể làm chậm hoặc ngăn ngừa được quá trình hình thành những cục mỡ trong vách trong (nội mạc) của huyết quản, do đó có thể phòng ngừa được chứng xơ cứng động mạch (động mạch ngành hóa), cao huyết áp (hypertension) và não huyết thiên.

**8.** Uống trà có thể làm hưng phấn thần kinh trung ương và tăng cường năng lực vận động.

**9.** Uống trà có thể làm giảm mập phì khiến thân hình thon thả và làn da mượt như hoa nếu dùng trà Ô long.

**10.** Uống trà có thể tránh được bệnh bạch nội chương ( đục tinh thể) ở tuổi già.

**11.** Trong trà có chất nhu toan (chất chua ăn mòn) có khả năng tiêu diệt khuẩn và vi trùng, do đó có thể phòng ngừa được bệnh viêm ruột (trường viêm) và kiết lỵ (lợi tật) thường hay phát tác vào mùa thu.

**12.** Uống trà có thể xúc tiến chức năng tạo huyết dịch. Trong trà có những chất ngăn ngừa được bức xạ, do đó khi ngồi xem tivi thì thường hay khát nước nên phải uống trà để giảm thiểu sự hấp thu bức xạ từ tivi để duy trì được thị lực.

**13.** Uống trà có thể duy trì tình trạng cân bằng của 2 chất toan (axit) và kiềm trong huyết dịch. Trong trà có chất kiềm như caféin, trà tố, théine (trà tinh), coca cola (caca giảm), purine (hoàng phiêu linh). Khi uống nước trà thì nước trà sẽ được hấp thụ và trở thành oxy hóa (dưỡng hóa) tạo ra một chất kiềm có nồng độ rất cao làm dung hòa nồng độ cường toan trong huyết dịch.

**14.** Uống trà có thể đề phòng được cảm mạo và làm hạ thân nhiệt. Sau 9 phút khi uống trà nóng thì nhiệt độ ở lớp da giảm xuống từ 1 đến 2<sup>0</sup>C, gây cảm giác mát mẻ, sảng khoái và khô ráo; Nhưng nếu uống đồ lạnh thì nhiệt độ trên lớp bì phụ tuy có giảm nhưng không rõ ràng.



## **SÁCH THAM KHẢO**

- **Kinh Lăng Nghiêm** - Hoà Thượng Thích Duy Lực dịch.
- **Ngôn Ngữ Thiển - Thư Pháp Thiển** – của Eido Tai Shimano và Kogetsu Tani - Hạnh Viên dịch.
- **Thiền và Vô Đạo của Herrigel** - Ngô Ánh Tuyết và Vương Long biên dịch.
- **Trà Tửu Trị Bách Bệnh** - Tổng Sách Hoạch và Lý Bình Khôn, Nhà xuất bản Khoa học kỹ thuật Thượng Hải ấn hành năm 1994 - P.Kim Long biên dịch.
- **Lược sử Phật giáo Nhật Bản** - Shinsho Hanayama - TS .Thích Minh Thành dịch.
- **Những điều cần biết về đất nước Nhật Bản** - Đài Phát Thanh Nhật Bản - NHK phát hành năm 1999.
- **Thiền trong Phật giáo** - Piyadassi Mahathera - Phạm Kim Khánh dịch.
- **Độc Kim Dung - Tìm hiểu văn hóa Trung Quốc** - Nguyễn Duy Chính, Nhà xuất bản Văn Nghệ năm 2002.
- **The Book of Tea** – Okakura Kakuzo.
- **Vang Bóng Một Thời** - Nguyễn Tuân.

# MỤC LỤC

Lời tựa.....	5
--------------	---

## Phần Một :

### Triết Lý Trà Đạo

1. Mở đầu .....	9
2. Ý nghĩa.....	12
3. Nghệ thuật Trà đạo .....	16
4. Trà Đạo nói gì ?.....	24
5. Nhẫn nại .....	28
6. Tĩnh lặng .....	32
7. Kiên định.....	42
8. Buông xả .....	46
9. Khiết trà khứ .....	50
10. Bốn đức tính cao quý của Trà đạo .....	53
11. Thói quen .....	59
12. Quả cảm .....	63
13. Tinh tế .....	68
14. Tỉnh giác.....	72
15. Chánh nhân .....	75
16. Thiền và Trà đạo.....	78